

Jídelní lístek

Mateřská škola Čapkova, Litvínov

Od 20.5.2019 – Do 24.5.2019



Pondělí: Pitný režim: ovocný čaj, voda citronová

Přesnídávka: Bílý jogurt s medem 7, piškoty 1, čaj, jablka

Polévka : Hrachová s pečenými krutónky 1/zahuštěná hraškou/

Oběd : Rybí filé na másle 4,7, bramborová kaše s mrkví 7, salát ledový s kukuřicí, čaj

Svačina: Houska s lučinovou pomazánkou 7, čaj, kakauko 7, ozdoba zeleniny

Úterý: Pitný režim : růžový čaj, voda s citronem a pomerančem

Přesnídávka: Chléb moskva 1 se zeleninovou pomazánkou 7,9, čaj, chicory 7, banán

Polévka: Zeleninová s kapáním 1,3,9

Oběd : Maďarský hovězí guláš, tarhoňa 1, čaj, džus

Svačina : Koláč ze špaldové mouky, jogurtu, pudinku, rozinek, 1,3,7, čaj

Středa: Pitný režim: ovocný čaj , domácí limonáda s jahodami a sirupem

Přesnídávka: Chléb podmáslový 1 s drožd'ovou pomazánkou 3,7, granko 7, čaj, pomeranč

Polévka: Zeleninová s játrovou zavárkou 3,9

Oběd: Pečené kuře, bramborový knedlík 3, špenát 3, čaj, mléko 7

Svačina: Dalamánek 1 s fazolovou pomazánkou 7, čaj, ozdoba zeleniny

Čtvrtek: Pitný režim : ovocný ča s medem a citronem, voda s limetkou a zázvorem

Přesnídávka: Houska 1 s avokádovou pomazánkou 7, čaj, chocoplus 7, jablka

Polévka : Česneková s vejci a bramborem 3

Oběd: Kuřecí maso ve smetanové omáčce s brokolicí, rýže basmati, čaj

Svačina: Karlovarský rohlík 1 s ramou 7, rajče, čaj

Pátek: Pitný režim: růžový čaj, citronová voda s pomerančem

Přesnídávka: Chléb poddubák 1, pomazánka z pečeného rybího filé 4,7 , čaj, kedlubna, ředkvičky

Polévka : Kapustová s quinou

Oběd : Nudle s mákem 1,7, mléko 7, čaj

Svačina : Tmavý rohlík 1, pomazánka ze žervé 7, ovocné mléko 7, čaj, jablka

změna v jídelníčku vyhrazena
pitný režim po celý den

Základem pomazánek v 95% je lučina, žervé, pomazánkové máslo a tvaroh.

Pouze v některých případech používáme jako základ klasické máslo a ramu.

Polévky a omáčky jsou z větší části zahušťované cizrnou, špaldovou, rýžovou moukou, kukuřičnou moukou, nebo mletými ovesnými vločkami, zeleninou

Kuchařky: Nořinská J., Ranftlová V.

VSF Tůmová M.

