

Jídelní lístek

Mateřská škola Čapkova , Litvínov

Od 3.12.2018 – Do 7.12.2018



Pondělí: Pitný režim: ovocný čaj, voda s citronem a limetkou

Přesnídávka: Houska 1 s máslem 7 a džemem, granko 7, čaj, banán , mikulášský balíček

Polévka : Celerová s krutónky 1,8

Oběd : Čertovské těstoviny s tuňákem, zeleninkou a strouhaným sýrem 1,4,7,9, čaj

Svačina: Chléb poddubák 1 s rajčatovou pomazánkou 7 , salátová okurka, čaj

/ rajče, sterilovaná okurka, pomazánkové máslo /

Úterý: Pitný režim :ovocný čaj, voda s pomerančem a citrónem

Přesnídávka: Chléb ořechový 1,8, pomazánka z tofu 6,7, mléko 7, čaj, jablka

Polévka : Zeleninová s cereální zavářkou 1,9

Oběd : Koprová omáčka , hovězí maso, houskový knedlík 1,3,7, čaj

Svačina : Bageta 1 s máslem 7, vařené vejce 3, ozdoba rajče, čaj

Středa: Pitný režim: ovocný čaj s medem, domácí limonáda s ananasem

Přesnídávka: Chléb pohankový 1, pomazánka tvarohová s mrkví7, ovocné mléko 7, čaj, pomeranč

Polévka: Květákovo-brokolicevá z romaneca

Oběd: Čevabčiči 1,3, stouchaný brambor, hořčice 10, šopský salát, čaj

Svačina: Rohlík dubský 1 s fazolovou pomazánkou 7, čaj, ozdoba rajče

Čtvrtek:Přesnídávka: Chléb podmáslový 1, pomazánka sýrová s ořechy 7,8,zdobená ředkvičkami, kakauko 7, čaj, žlutá paprika

Polévka: Zeleninová s játrovými noky 1,3,9

Oběd : Krutí nudličky na medu, rýže basmati, čaj, sirup

Svačina : Šlehaný tvaroh s ovocnou směsí 7, piškoty 1, čaj

Pátek: Pitný režim: ovocný čaj, voda s medem a citronem

Přesnídávka: Chléb poddubák 1, pomazánka z rybího filé 4,7, čaj, karotka, kedluben

Polévka: Čočková zahuštěná hraškou

Oběd: Bramborové šišky s mákem 1,3,7, mléko 7, čaj

Svačina: Tmavý rohlík 1 se zeleninovou pomazánkou 7,9, granko 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

