

### pondělí 22.10.2018

**Přesnídávka:** Zapečený toust se šunkou a plátkovým sýrem, ovoce, zelenina

•složení: Toustový chléb, šunka kuřecí, plátkový sýr, kečup.

**Polévka:** Frankfurtská polévka

•složení: Cibule, olej, mouka, paprika mletá, pepř, vývar (celer), mléko, jemné párky, petržel.

**Oběd:** Domácí bramborové šulánky s mákem, cukrem a máslem, mléko

•složení: Vejce, pšeničná mouka, brambory, sůl, cukr, mák, bramborový škrob, máslo (mléko).

**Svačina:** Ovesná kaše s medem, skořicí a máslem, ovoce, zelenina

•složení: Ovesné vločky, mléko, máslo, med, cukr, skořice.

### úterý 23.10.2018

**Přesnídávka:** Jogurt s ovocným pyrém, rohlík, ovoce, zelenina

•složení: Bílý jogurt, ovocný džem, rohlík.

**Polévka:** Fazolová polévka (papriková)

•složení: Fazole bílé, olej, cibule, česnek, sůl, celer, mrkev, petržel, mouka, paprika mletá, vývar.

**Oběd:** Kuřecí nudličky s ananášem a pórkem, basmati rýže

•složení: Kuřecí prsa, sůl, cibule, pórek, ananas, hovězí vývar (celer), sójová omáčka, solamyl, basmati rýže.

**Svačina:** Pomazánka ze sardinek s rohlíkem, ovoce, zelenina

•složení: Sardinky konzervované ve vlastní šťávě, žervé, rohlík, citron .

### středa 24.10.2018

**Přesnídávka:** Pomazánka z cizrny, chléb, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Chléb, cizrna konzervovaná, sezamová pasta, česnek, žervé, olivový olej, citron.

**Polévka:** Hovězí vývar s fritátovými nudlemi

•složení: Hovězí přední s kostí, sůl, pepř, nové koření, bobkový list, česnek, cibule, kořenová zelenina (celer), petržel listová, vejce, mléko, mouka, olej.

**Oběd:** Losos na másle, bramborová kaše

•složení: Losos, máslo, brambory, mléko, margarín, sůl.

**Svačina:** Meruňková přesnídávka s rohlíkem, ovoce, zelenina

•složení: Meruňková přesnídávka, rohlík.

### čtvrtek 25.10.2018

**Přesnídávka:** Pomazánka rozhuda, chléb, mléko, ovoce, zelenina

•složení: chléb, tvaroh, pomazánkové máslo, jogurt, paprika, sladká paprika, cibule, mléko, sůl.

**Polévka:** Bramborový krém

•složení: Brambory, hovězí vývar (celer), mléko, mrkev, sůl, petrželka.

**Oběd:** Šunkové flíčky zapečené, kyselá okurka

•složení: Uzené maso, těstoviny (pšeničná mouka), sůl, pepř, muškátový květ, tuk, mléko, vejce, kyselá okurka.

**Svačina:** Chléb se šunkou a goudou, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Chléb, šunka kuřecí, sýr gouda, pomazánkové máslo, mléko.

### pátek 26.10.2018

**Přesnídávka:** Piškoty, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Cukrářské piškoty, mléko.

**Polévka:** Kulajda

•složení: Máslo, hladká mouka, brambory, sůl, pepř, houby a žampiony, smetana, cukr, ocet, kopr, vejce.

**Oběd:** Čínské nudle se zeleninou, kuřecím masem a kousky tofu

•složení: Čínské pšeničné nudle, zelí, mrkev, sójové výhonky, houby shiitake, sójová omáčka, koriandr, sójové tofu, sůl, olej.

**Svačina:** Topinky z topinkovače s česnekem, ovocný džus, ovoce, zelenina

•složení: Chléb, česnek, ovocný džus.