



pondělí 19.11.2018

Přesnídávka: Chléb s žervé, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Chléb, žervé, mléko.

Polévka: Čočková polévka

•složení: Hovězí vývar (celer), čočka, olej, cibule, slanina, pšeničná mouka, voda, majoránka, pepř, česnek, sůl, ocet.

Oběd: Krůtí s rajčaty a cizrnou, jasmínová rýže

•složení: Krůtí prsa, drcená rajčata, cibule, cizrna, zázvorový kořen, kuřecí vývar, česnek, med, sůl, pepř, olej, skořice, citrónová šťáva, koriandr, rýže.

Svačina: Rýžová kaše s pudinkem, sypaná grankem, ovoce, zelenina

•složení: Rýžové vločky, mléko, máslo, pudink, cukr, granko, vanilkový cukr.

úterý 20.11.2018

Přesnídávka: Pomazánka ze sardinek v tomatu s lámankovým chlebem, ovoce, zelenina

•složení: Sardinky v tomatu konzervované, žervé, jogurt, lámankový chléb.

Polévka: Ruský boršč

•složení: Hovězí přední, vepřová plec, hovězí vývar, bobkový list, nové koření, cibule, celer, petržel, mrkev, zelí, brambory, rajčata, cukr, slanina, paprika mletá, mouka pšeničná, smetana, červená řepa, citrón.

Oběd: Hovězí gulášek, těstovina, ovoce

•složení: hovězí maso, sůl, pepř, cibule, olej, rajčatový protlak, sladká paprika, majoránka, kmín, česnek, mouka pšeničná, vejce, mléko.

Svačina: Čokotermix, rohlík, ovoce, zelenina

•složení: Bílý jogurt, granko, cukr, rohlík.

středa 21.11.2018

Přesnídávka: Pomazánka z červených fazolí s vejcem, mléko, chléb, ovoce, zelenina

•složení: Chléb, červené fazole, žervé, vejce, cibule, olivový olej.

Polévka: Dýňová polévka se zázvorem

•složení: Dýně hokaido, olej, cibule, česnek, smetana, zázvor, kari, muškátový oříšek.

Oběd: Kuřecí prsa zapečná s bylinkou, bramborová kaše, obloha, mléko

•složení: Kuřecí prsa, pšeničná mouka, mléko, vejce, pažitka, sůl, brambory, margarín, okurka, rajče, mléko.

Svačina: Rohlík s jahodovým džemem a máslem, bílá káva, ovoce, zelenina

•složení: Rohlík, máslo, džem, mléko.

čtvrtek 22.11.2018

Přesnídávka: Slunečnicový chléb s pomazánkovým máslem, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Slunečnicový chléb, pomazánkové máslo, mléko.

Polévka: Kuřecí vývar s palačinkovými nudlemi a zeleninou

•složení: Kuřecí skelety, celer, petržel, mrkev, cibule, česnek, libeček, petrželka, nové koření, bobkový list, pepř celý, sůl, mléko, pšeničná mouka, vejce.

Oběd: Francouzské brambory, okurka

•složení: Brambory, uzená vepřová plec, vejce, cibule, tuk, strouhanka, pepř, smetana, mléko, sterilovaná okurka (hořčice)

Svačina: Šunková pěna, houska, ovoce, zelenina

•složení: Šunka kuřecí, máslo, houska.

pátek 23.11.2018

Přesnídávka: Kukuřičné lupínky s mlékem, ovoce, zelenina

•složení: Kukuřičné lupínky, mléko.

Polévka: Hrachová polévka s krutónky

•složení: Hrách, olej, cibule, mouka, paprika mletá, majoránka, česnek, sůl, toastový chleba (pšeničná mouka, mléko), hovězí vývar (celer).

Oběd: Červené krůtí kari, jasmínová rýže

•složení: Krůtí prsa, mrkev, řapíkatý celer, hlíva ústřední, červená kapie, žlutá kapie, červená kari pasta, rajský protlak, kokosové mléko, šťáva z limetky, koriandr, jasmínová rýže

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

•složení: Chléb, česnek, ovocný džus.