



pondělí 03.12.2018

Přesnídávka: Ovesná kaše s medem, skořicí a máslem, ovoce, zelenina

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

Polévka: Silný francouzský kuřecí vývar s nudlemi

•složení: Kuřecí skelety, mrkev, celer, petržel, řapíkatý celer, cibule, česnek, petržel kudrnka, bobkový list, nové koření, libeček, celý pepř, voda, nudle(pšeničná mouka, vejce).

Oběd: Zeleninové bulgurito se sýrem, banán

•složení: Bulgur, mrkev, petržel, celer, kukuřice, zelené fazolky, hrášek, vývar, sůl, žampiony, sýr eidam, banán.

Svačina: Zapečený toust se šunkou a plátkovým sýrem, ovoce, zelenina

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

úterý 04.12.2018

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

•složení: Bílý jogurt, ovocný džem, rohlík.

Polévka: Indická polévka z červené čočky

•složení: Červená čočka, červená cibule, celer, mrkev, brambory, rajčatový protlak, olej, kari koření, zázvor, česnek, petrželová nať, sůl.

Oběd: Kuře na paprice, houskový knedlík

•složení: Kuřecí prso, cibule, sůl, pepř, máslo, olej, sladká paprika, vývar (celer), pšeničná mouka, mléko, smetana, vejce, droždí.

Svačina: Vanilkový pudink

•složení: mléko, vanilkový pudink, cukr

středa 05.12.2018

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

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

Polévka: Mrkvový krém se zázvorem a ricottou

•složení: Cibule, zázvor, mrkev, brambory, olivový olej, sůl, pepř, mléko, máslo, ricotta, pažitka.

Oběd: Rybí karbanátek, bramborová kaše, obloha, perník od mikuláše

•složení: Treska, losos, sůl, pepř, česnek, mléko, pšeničná mouka, vejce, strouhanka, sůl, olej, brambory, máslo, okurka hadovka, rajče, pšeničná mouka, čokoláda, marmeláda

Svačina: Meruňková přesnídávka s rohlíkem, ovoce, zelenina

•složení: Meruňková přesnídávka, rohlík.

čtvrtek 06.12.2018

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

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

Polévka: Hrášková krémová s krutóny

•složení: Hrášek, pórek, cibule, máslo, vývar (celer), sůl, pepř, smetana, zakysaná smetana, cukr, máta.

Oběd: Masové kuličky v rajčatové omáčce, těstoviny

•složení: Mleté hovězí a vepřové maso, pečivo, cibule, sůl, pepř, pšeničná mouka, tuk, rajčatový protlak, hovězí vývar (celer), bobkový list, kolínka.

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

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

pátek 07.12.2018

Přesnídávka: Piškoty, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Cukrářské piškoty, mléko.

Polévka: Bramboračka

•složení: Brambory, mrkev, petržel, celer, pšeničná mouka, máslo (mléko), vývar, sůl, petrželová nať, kmín, majoránka, žampiony, směs lesních hub.

Oběd: Penne s krutím masem a rajčaty, ovoce

•složení: Krutí prsa, olej, sůl, pepř, penne (pšeničná mouka), česnek, chilli papričky, šalotka, rajčátka, bazalka, loupaná rajčata, olivový olej, parmazán (mléko), ovoce.

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

•složení: Chléb, česnek, ovocný džus.