

pondělí 07.01.2019

Přesnídávka: Rýžový chléb s plátkovým sýrem, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Rýžový chléb, plátkový sýr, máslo, mléko.

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: Kuřecí plátek s demi glace, rýže

•složení: Kuřecí prsa, sůl olej, demi glace, sůl, rýže, mléko

Svačina: Pohanková kaše s medem a skořicí a máslem, ovoce, zelenina

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

úterý 08.01.2019

Přesnídávka: Kukuřičné lupínky s mlékem, ovoce, zelenina

•složení: Kukuřičné lupínky, mléko.

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: Penne s kuřecím masem a rajčaty, sypané eidamem, ovoce

•složení: Kuřecí maso, olej, sůl, pepř, drcená rajčata, česnek, cibule, oregáno, rajčata, eidam, penne (mouka).

Svačina: Pomazánka z tuňáka, chléb, ovoce, zelenina

•složení: Tuňák konzervovaný ve vlastní šťávě, žervé, chléb.

středa 09.01.2019

Přesnídávka: Pomazánka z červené čočky s chlebem, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Chléb, červená čočka, olivový olej, česnek, žervé, cibule, mrkev, citron, rajčata.

Polévka: Mrkvový krém se zázvorem a ricottou

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

Oběd: Rybí karbanátek, vařený brambor, obloha

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

Svačina: Plněná buchta, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Plněná buchta tvarohem, mléko.

čtvrtek 10.01.2019

Přesnídávka: Pomazánka ze žervé, rohlík, bílá káva, ovoce, zelenina

•složení: Rohlík, žervé, margarín, mléko, caro.

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: Vanilkový pudink

•složení: mléko, vanilkový pudink, cukr

pátek 11.01.2019

Přesnídávka: Pomazánka z lososa, houska, ovoce, zelenina

•složení: Losos uzený, žervé, margarín, citron, houska, jogurt.

Polévka: Naše bramboračka

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

Oběd: Zeleninové bulgurito se sýrem, banán

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

Svačina: Rohlík s medovým máslem, mléko, ovoce, zelenina

•složení: Rohlík, med, máslo, mléko.