

# JÍDELNÍ LÍSTEK

23. - 27. 1. 2023

## Pondělí

Svačina Domácí nemléčná kaše sypaná kokosem, ovoce  
Oběd Karotkový krém s koriandrem (BL)  
Fusilli pomodoro (česnek, řapíkatý celer, rajčata a sýr) /1,7,9/  
Svačina Celozrnné pečivo s domácí tuňákovou pomazánkou, zelenina /1, 4,7/  
*Celozrnné pečivo, Flora, tuňák, zelenina /1, 4/\**

## Úterý

Svačina BIO selský bílý jogurt s rozinkami a javorovým sirupem, ovoce /7/  
*Vegan. jogurt/jogurt BL s rozinkami a javor. sirupem, ovoce\**  
Oběd Polévka z mungo fazolek, bylinky /9/ (BL)  
Citronové kuřecí řízečky s grilovanými Grenaille brambory, listový salátek /7/ (BL)  
Svačina Žitný chléb, šlehaná Lučina, zelenina /1,7,8/  
*Žitný chléb, Flora, bylinky, zelenina /1/\**

## Středa

Svačina BIO mléko/nemléčná alternativa\*, kukuřičné lupínky, ovoce /7/  
Oběd Silný hovězí vývar se zeleninou a bylinkami /9/ (BL)  
Vepřová pečeně špikovaná mrkví, cibulová marmeláda, šťouchané brambory se špenátem (BL)  
Svačina Křehké plátky s humusem, zelenina /1, 11/

## Čtvrtek

Svačina Celozrnné pečivo s BIO máslem, BIO plátkový sýr, zelenina /1,7/  
*Pečivo s Florou, Veganský plátkový sýr, zelenina /1/\**  
Oběd Rajčatovo-kokosová polévka se zázvorem (BL)  
Tilápie nilská na grilované cuketě s cherry rajčátky a kapary, kurkumový kuskus /1,4/  
Svačina Domácí čokoládový pudink vegan, piškoty, ovoce /1,3,7/

## Pátek

Svačina Rýžové chlebíčky s BIO máslem/Florou s džemem, ovoce /7/  
Oběd Jihočeská kulajda /3,7/ (BL)  
Bulgurové rizoto se sušenými rajčátky, zeleninou, bazalkou, červenou cibulkou a marinovaným tofu /1,6/  
Svačina Čerstvý chléb, BIO máslo/Flora, zelenina /1,7/

Ke každému jídlu podáváme ovocný nebo bylinkový čaj (domácí limonádu) a vodu.

V případě, že mají děti hlad druhá odpolední svačina – ovoce, zelenina, křehké plátky apod.

Změna jídelníčku vyhrazena

\*pro děti s alergií