

Jídelníček
9.11. - 13.11.2026

Celodenní pitný režim: Ovocné čaje, voda, voda s citrónem
Přesnídávka a svačina: Denně ovoce nebo zelenina

Pondělí:	přesnídávka:	Veka, pomazánka z tuňáka, ovoce, čaj, mléko (1,4,6,7,11)
	oběd:	Polévka z červené čočky (1,9)
		Vdolky s tvarohem a povidly, čaj (1,3,7)
	svačina:	Špaldový chléb, pomazánkové máslo, zelenina, čaj (1,3,7)
Úterý:	přesnídávka:	Celozrnné lupínky s BIO mlékem, ovoce, čaj (1,3,7)
	oběd:	Zeleninový vývar s pohankou (9)
		Špagety Bolognese, sýr, čaj (1,3,7)
	svačina:	Chléb, pom. z pečených paprik, zelenina, čaj, (1,6,7)
Středa:	přesnídávka	Farmářský chléb, masová pomazánka, ovoce, mléko, čaj (1,7,11)
	oběd:	Česnečka s bramborem a celozrnnými krutony (1)
		Kuřecí čína s pórkem, rýže, čaj (x)
	svačina:	Chléb, sýrová pomazánka, ovoce, zelenina, čaj, (1,6,7)
Čtvrtek:	přesnídávka:	Chléb, cizrnová pomazánka, ovoce, čaj, mléko (1,6,7)
	oběd:	Písmenková polévka se zeleninou (1,9)
		Zapečené krůtí maso s bramborem a sýrem, červená řepa (7)
	svačina:	Špaldový chléb, bylinkové BIO máslo, čaj, mléko (1,6,7)
Pátek:	přesnídávka:	Veka s vajíčkovou pomazánkou, zelenina, čaj (1,3,6,7,11)
	oběd:	Zeleninová polévka s rybími noky (1,4,9)
		Dýňové kari z kokos. mlékem s rýží, čaj, zeleninový talířek (x)
	svačina:	Tortilla na sladko s tvarohem a marmeládou, ovoce, čaj (1,6,7)

Změna jídelníčku vyhrazena