**Jídelní lístek : od 18.11.2019 do 22.11.2019**

**Pondělí 18.11.2019**

Přesnídávka: Celozrnný chléb, rybí pom., mrkev, bylinkový čaj [1a;4;7]

Polévka: Kuřecí vývar s drobky [1a;3;9]

Oběd: Jahelník se sušenými švestkami, ZŠ melta, jablíčko, voda [3;7]

Svačina: Kukuřičný chlebíček, avokádová pom., voda + citron

**Úterý 19.11.2019**

Přesnídávka: Domácí musli tyčinka, jablíčko, ovocný čaj [7]

Polévka: S pažitkovým kapáním [1a;3;9]

Oběd: Hovězí "ricota", těstoviny penne, ovocný čaj, voda [1a;7]

Svačina: Toustový chléb tmavý, fazolová pom., paprika, bylinkový čaj [1ac]

**Středa 20.11.2019**

Přesnídávka: Medové cereálie, jablíčko, mléko [1a;7]

Polévka: Špenátová, opečený rohlík [1ac;9]

Oběd: Obalovaná treska (slunečnice loup., chia, sezam), bramborová kaše, lehký zeleninový salát, voda + citron [1a;3;4;7]

Svačina: Dýňový chléb, čerstvé máslo, cherry rajčátko [1a;7]

**Čtvrtek 21.11.2019**

Přesnídávka: Sezamový suk, domácí sýr lučina, paprika, bylinkový čaj [1ac;7;11]

Polévka: Cizrnová s bramborem [9]

Oběd: Kuřecí závitek, rýže arborio, kompot, voda + pomeranč [3]

Svačina: Pohankové palačinky s marmeládou, jablíčko, voda + pomeranč [3;7]

**Pátek 22.11.2019**

Přesnídávka: Kefírový perník se špaldovou moukou, mandarinka, mléko [1a;3;7]

Polévka: Krémová s karotkou a koriandrem [7;9]

Oběd: Sekaná pečeně, kopečkové brambory s opečenou cibulkou, okurek, vit. nápoj, voda [1a;3;7;10;12]

Svačina: Rýžový chlebíček, zeleninová pom., bylinkový čaj [3;7]