

# Jídelníček na 11. 3. - 15. 3. 2019

## **Pondělí**

Svačina: Bio bílý jogurt, špaldové lupínky, ovoce (7)

Oběd: Krém z červeného zelí, Restované rýžové nudle s krůtím masem \*bl

Svačina: Grahamové plátky, rostlinná pomazánka, zelenina (6,10,11)

## **Úterý**

Svačina: Pšeničnožitný chléb s máslem, vařená vejce, zelenina (1,3,7)

Oběd: Mrkvový krém se zázvorem, Houbový jahelník, cibulový dip \*bl

Svačina: Pečení s dětmi, ovoce (1,3,7)

## **Středa**

Svačina: Rustikální bageta, bio smetanový sýr Matylida, zelenina (1,7)

Oběd: Zeleninový vývar s vejcem, Hovězí ragů, bramborové noky

Svačina: Pohanková kaše v ovesném nápoji, rozinky, semínka, ovoce (7)

## **Čtvrtek**

Svačina: Žitný chléb s máslem, výběrová dušená šunka první jakosti, zelenina (1,7)

Oběd: Kyselá z podmáslí, Kapustové závitky s mletým masem, rýže \*bl

Svačina: Rýžový nápoj s kokosovou příchutí, grahamové tyčinky, ovoce (1)

## **Pátek**

Svačina: Jablečné pyré, kukuřičné křupky, ovoce (1,3,7)

Oběd: Celerový krém s bylinkami, Bulgurové rizoto s pečenou cuketou a paprikami, veganská domácí tatarka

Svačina: Pečivo, bio plátkový sýr Gouda, zelenina

Ke každému jídlu podáváme ovocný, nebo bylinkový čaj a vodu

Druhá dopolední svačinka venku v případě velkého hladu ☺ - plátky, křupky, ovoce nebo zelenina

(Případná změna jídelníčku je možná – děkujeme za pochopení)