

## 2. 10. - 6. 10. 2023

### Pondělí

Přesnídávka - chléb kmínový, pomazánka z tresčích jater, zelenina, mléko, čaj – 1,4,7  
Polévka - hrachová – 1  
Oběd - selská vepřová pečeně, bramborová kaše s jarní cibulkou, salát, čaj -1  
Svačina - rohlík, pomazánka vaječná se sýrem, ovoce, čaj – 1,3,7

### Úterý

Přesnídávka - jogurt s ovocem, cereálie, čaj – 1,7  
Polévka - zeleninová s krupicovými noky - 1,3,7,9  
Oběd - krůtí guláš, houskový knedlík, ovoce, čerstvý jablečný mošt -1,3  
Svačina - chléb podmáslový, pomazánka budapeštská, zelenina, mléko, čaj – 1,7

### Středa

Přesnídávka - chléb královský, pomazánka tuňáková, zelenina, melta, čaj – 1,4,7  
Polévka - zeleninová se sojovým masem - 1,7,9  
Oběd - drůbeží přírodní steak, tarhoně, salát z čerstvé červené řepy - 1,3,7  
Svačina - bageta, pomazánka nivová, ovoce, čaj – 1,7

### Čtvrtek

Přesnídávka - chléb finský, pomazánka masová, zelenina, mléko, čaj – 1,7  
Polévka - zeleninová s drůbežím masem - 7,9  
Oběd - rýžová kaše s kakaem, kompot, ovoce, čaj - 7  
Svačina - chléb kváskový, pomazánka šunková s vejcem, ovoce, čaj – 1,3,7

### Pátek

Přesnídávka - mramorová buchta, kakao, ovoce, čaj – 1,3,7  
Polévka - zeleninová s kuskusem -1,7,9  
Oběd - čočka se zeleninou, vejce, zeleninová obloha, chléb, čaj – 1,3,7,9  
Svačina - bageta, pomazánkové máslo s chia semínky, zelenina, čaj – 1,7

1. Obiloviny obsahující lepek  
(pšenice, žito, ječmen, špalda, karmut neb jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich)
2. Koryši a výrobky z nich
3. Vejce a výrobky z nich
4. Ryby a výrobky z nich
5. Arašídý a výrobky z nich
6. Sojové boby (sója) a výrobky z nich

7. Mléko a výrobky z něj
8. Skořápkové plody (mandle, ořechy lískové, vlašské, kešu aj.)
9. Celer a výrobky z něj
10. Hořčice a výrobky z ní
11. Sezamová semena (sezam) a výrobky z nich
12. Oxid siřičitý a siřičitany
13. Vlčí bob (lupina) a výrobky z něj
14. Měkkýši a výrobky z nich