

středa 1. 7. 2020 / wednesday

svačina: chléb, tvarohová pomazánka, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: ovocná přesnídávka, piškoty, ovoce, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** **Obsažené alergie:** 9, 6, 1p, 11**mrkvová polévka**

mrkev, cibule, zeleninový bujón, řepkový olej, mořská sůl, citrónová šťáva, tamari sojová omáčka, rýžová krupička, tahini

180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergie:** 3, 1j, 11, 7**kapustový karbanátek, vařené brambory, ředkvičkový dip s česnekem**

hovězí maso, vepřové maso, cibule, česnek, kapusta, majoránka, vejce, strouhanka, ječná mouka, rýže, mořská sůl, petrželová nať, brambory, zakysaná smetana, ředkvičky, česnek, mořská sůl

čtvrtek 2. 7. 2020 / thursday

svačina: ovesná kaše s kakaem a ovocem, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: chléb, máslo, sýr, zelenina, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** **Obsažené alergie:** 9, 1ž**kuřecí vývar s žitnými vločkami**

kuřecí vývar, cibule, mrkev, celer, petržel, kapusta, žitné vločky, mořská sůl, petrželová nať

180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergie:** 7, 1p, 3, 9, 11**kuřecí masíčko se smetanovou omáčkou, domácí kynutý celozrnný knedlík**

kuřecí prsa, kuřecí vývar, mrkev, celer, divoké koření, citrónová šťáva, smetana, řepkový olej, cibule, pšeničná mouka, vejce, droždí, celozrnné pečivo

pondělí 13. 7. 2020 / monday

svačina: pečivo, máslo, sýr, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: sladké pečivo, ovoce, mléko, voda, čaj - 1,4,7

0,2 l **Polévka / Soup** **Obsažené alergie:** 9, 1p**rajská polévka s těstovinami**

zeleninový bujón, drcená rajčata, rajčatový protlak, cibule, česnek, olivový olej, třtinový cukr, těstoviny, rýžová krupička, mořská sůl, bazalka

180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergie:** 4, 1p, 3, 11, 7**smažený mletý steak z hoki, vařené brambory, tatarka Bionea**

hoki, řepkový olej, koření rybáře Svena, česnek, citronová šťáva, rýže, vejce, pšeničná mouka, strouhanka, brambory, zakysaná smetana, nakládaná okurka, mořská sůl, třtinový cukr

úterý 14. 7. 2020 / tuesday

svačina: chléb, pomazánkové máslo, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: ovocná přesnídávka s jogurtem, cereálie, mléko, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** **Obsažené alergie:** 9, 1p, 11, 3, 7**kuřecí vývar s tyrolskými knedlíčky**

vývar z kuřete, celer, mrkev, petržel, pečivo, mořská sůl, petrželová nať, řepkový olej, cibule, vejce, mléko, zeleninový bujón

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** **Obsažené alergie:** 6**hrachová kaše se zeleninou, rajčaty a sojovým pářečkem vařeným v páře**

žlutý hrách, cibule, řepkový olej, drcená rajčata, česnek, tymián, saturejka, mrkev, brambory, petrželová nať, citrónová šťáva, mořská sůl, sojový párek

středa 15. 7. 2020 / wednesday

svačina: cereálie s bílým jogurtem, ovoce, voda, čaj - 1, 7

svačina: chléb, máslo, šunka, zelenina, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** **Obsažené alergie:** 9**staročeská bramboračka**

cibule, brambory, zeleninový bujón, řepkový olej, česnek, mrkev, celer, petržel, žampiony, mletý kmín, majoránka, kapusta, rýžová krupička, petrželová nať

180 g **Hlavní jídlo / Main course****kuřecí paličky na tymiánu, šťouchané brambory, mrkvový salát s jablky**

kuřecí paličky, Frankyho koření, koření paprika, tymián, mořská sůl, řepkový olej, brambory, mrkev, jablka, citrónová šťáva, třtinový cukr

čtvrtek 16. 7. 2020 / Thursday

svačina: chléb, tvarohová pomazánka, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: ovocná přesnídávka, piškoty, ovoce, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** **Obsažené alergie:** 9, 1p**hovězí vývar s kapustičkami a nudličkami**

vývar z kostí, mrkev, celer, petržel, vlasové nudle, růžičkové kapustičky, mořská sůl, petrželová nať

180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergie:** 9, 1j, 1p, 7**krutí paprikáš, těstoviny**

krutí stehna, vývar z kuřete, cibule, řepkový olej, koření paprika, drcená rajčata, česnek, bílá paprika, nové koření, mořská sůl, ječná mouka, zakysaná smetana, těstoviny

pátek 17. 7. 2020 / friday

svačina: cereálie s bílým jogurtem, ovoce, voda, čaj - 1, 7

svačina: chléb, máslo, šunka, zelenina, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** **Obsažené alergie:** 9**fazolová polévka se zeleninou**

fazole, cibule, mrkev, celer, petržel, drcená rajčata, pórek, řepkový olej, brambory, zeleninový bujón, mořská sůl, rýžová krupička, petrželová nať

180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergie:** 9, 3, 10, 1p, 11**štěpánská hovězí pečeně, domácí kynutý celozrnný knedlík**

hovězí maso, vývar z kostí, cibule, řepkový olej, vejce, mořská sůl, jemná hořčice, pšeničná mouka, vejce, droždí, celozrnné pečivo

pondělí 20. 7. 2020 / monday

svačina: pečivo, máslo, sýr, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: cereálie s bílým jogurtem, ovoce, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** Obsažené alergie: 9, 3**kuřecí vývar s pórkem a vejci**

vývar z kuřete, řepkový olej, cibule, pórek, mrkev, celer, petržel, brambory, česnek, mořská sůl, mletý kmín, vejce

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** Obsažené alergie: 1p, 7**těstoviny špagetky s brokolicovým pyré a slunečnicovými semínky**

těstoviny špagety, olivový olej, brokolice, česnek, slunečnicová semínka, sýr, mořská sůl

úterý 21. 7. 2020 / tuesday

svačina: puding s ovocem, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: chléb, tvarohová pomazánka, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7

0,2 l **Polévka / Soup** Obsažené alergie: 7**zelná polévka**

kysané zelí, brambory, cibule, mletý kmín, řepkový olej, rýžová krupička, mléko, mořská sůl, divoké koření, petrželová nať

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 9, 1j, 1p, 7**vepřová kýta na česneku, bramborový knedlík, smetanový špenát**

vepřové maso, vývar z kostí, cibule, olej řepkový, česnek, cibule, špenát, smetana, ječná mouka, mořská sůl, bramborové těsto

středa 22. 7. 2020 / wednesday

svačina: chléb, máslo, šunka, sýr, zelenina, voda, čaj - 1, 7

svačina: ovocná přesnídávka, piškoty, ovoce, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** Obsažené alergie: 9**zeleninový vývar s quinoou**

cibule, zeleninový bujón, mrkev, celer, petržel, cuketa, mořská sůl, divoké koření, quinoa, řepkový olej, petrželová nať

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 7, 1p, 11, 3**krutí sekaná, bramborová kaše s mrkví, kyselá okurka**

krutí stehna, cibule, mléko, celozrnný rohlík, strouhanka, vejce, petrželová nať, mořská sůl, dobromysl, brambory, mléko, máslo, mrkev, nakládaná okurka

čtvrtek 23. 7. 2020 / friday

svačina: sladké pečivo, ovoce, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: chléb, pomazánkové máslo, zelenina, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** Obsažené alergie: 9**cizrnová polévka s dýní**

cibule, cizrna, dýně, řepkový olej, česnek, mletý kmín, citrónová šťáva, zeleninový bujón, rýžová krupička, dobromysl, mořská sůl

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 9, 7, 6, 1p**zapečený kuskus s mletým kuřecím masem a zeleninou, sypaný sýrem**

kuřecí stehna, vývar z kuřete, mrkev, dýně, cuketa, cibule, olej řepkový, kravský sýr, tamari, kuskus

pátek 24. 7. 2020 / friday

svačina: cereálie s bílým jogurtem, ovoce, voda, čaj - 1, 7

svačina: chléb, máslo, šunka, zelenina, voda, čaj - 1, 7

0,2 l **Polévka / Soup** Obsažené alergie: 9**hovězí vývar s rýží a zeleninou**

hovězí vývar, cibule, mrkev, celer, petržel, cuketa, mořská sůl, řepkový olej, rýže, petrželová nať

180 g **Ďamína pro mlsounka / Goodie for sweet-tooth** Obsažené alergie: 1p, 8a, 7, 3**jablečná zemičbába pro mlsounky**

vánočka, vejce, mléko, mandle, rozinky, vanilkový cukr, perníkové koření, zakysaná smetana, jablka, třtinový cukr, máslo

pondělí 27. 7. 2020 / monday

svačina: pečivo, máslo, šunka, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: cereálie s mlékem, ovoce, voda, čaj - 1, 7

0,2 l Polévka / Soup Obsažené alergie: 9, 7

cuketový krém

řepkový olej, cibule, česnek, cukety, brambory, mrkev, zeleninový bujón, mořská sůl,

rýžová krupička, smetana

180 g Hlavní jídlo / Main course Obsažené alergie: 4, 7, 1j

steak z aljašské tresky, vařené brambory, zadělávaný květák s fazolkami

aljašská treska, olivový olej, koření paprika, petrželová nať, koření rybáře Svena, citrónová šťáva,

mořská sůl, brambory, květák, zelené fazolky, máslo, ječná mouka

úterý 28. 7. 2020 / tuesday

svačina: chléb, pomazánkové máslo, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: ovocná přesnídávka s jogurtem, cereálie, mléko, voda, čaj - 1, 7

0,2 l Polévka / Soup Obsažené alergie: 9, 3

kuřecí vývar se zeleninou a vaječnou sedlinou

vývar z kuřete, cibule, mrkev, celer, petržel, čínské zelí, mořská sůl,

vejce, petrželová nať

180 g Hlavní jídlo / Main course Obsažené alergie: 9, 1j, 7

krutí kousky s mrkví, dušená rýže

krutí stehna, vývar z kuřete, řepkový olej, cibule, mrkev, mořská sůl, divoké koření,

ječná mouka, mléko, citrónová šťáva, rýže

středa 29. 7. 2020 / wednesday

svačina: ovesná kaše s medem a ovocem, voda, čaj - 1, 7

svačina: chléb, máslo, šunka, zelenina, voda, čaj - 1, 7

0,2 l Polévka / Soup Obsažené alergie: 9

zeleninová polévka s fazolkami azuki

azuki, brambory, mrkev, celer, petržel, pórek, zeleninový vývar, olej řepkový, mořská sůl,

rýžová krupička, majoránka, petrželová nať,

180 g Hlavní jídlo / Main course Obsažené alergie: 6

kuřecí rarášci v hrašce, šťouchané brambory, okurkový salát

kuřecí maso, hráška, tamari, mořská sůl, řepkový olej, brambory,

salátová okurka, vinný ocet, mořská sůl, třtinový cukr

čtvrtek 30. 7. 2020 / thursday

svačina: chléb, tvarohová pomazánka, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: ovocná přesnídávka, piškoty, ovoce, voda, čaj - 1, 7

0,2 l Polévka / Soup Obsažené alergie: 9, 1p

zeleninový vývar s kukuřicí a bulgurem

cibule, mrkev, celer, petržel, kukuřice, koření Dobrá nálada, zeleninový bujón, mořská sůl, bulgur,

petrželová nať

180 g Hlavní jídlo / Main course Obsažené alergie: 9, 3, 1p, 11

hovězí masíčko s rajskou omáčkou, domácí kynutý celozrnný knedlík

hovězí maso, řepkový olej, cibule, mrkev, celer, petržel, divoké koření, skořice,

rajčatový protlak, mořská sůl, vinný ocet, třtinový cukr,

pšeničná mouka, vejce, droždí, celozrnné pečivo

pátek 31. 7. 2020 / friday

svačina: sladké pečivo, ovoce, mléko, voda, čaj - 1,4,7

svačina: chléb, máslo, sýr, zelenina, voda, čaj - 1, 7

0,2 l Polévka / Soup Obsažené alergie: 9

gulášová polévka

hovězí vývar, hovězí maso, cibule, brambory, olej řepkový, koření paprika, česnek, majoránka,

mořská sůl, kmín, rýžová krupička

180 g Namína pro mlsounka / Goodie for sweet-tooth Obsažené alergie: 1p, 7, 3

palačinky se šlehaným tvarohem a meruňkovými povidly

pšeničná mouka, kravské mléko, vejce, mořská sůl, řepkový olej, tvaroh, javorový sirup,

citrónová kůra z bio citrónů, meruňky, třtinový cukr, skořice

Při dochucování standardně používáme mořskou sůl, koření, bylinky. Tyto ingredience se mohou v pokrmech objevit i přesto, že nejsou výslovně zmíněny v jejich složení pod názvem pokrmu.

Při přípravě pokrmů používáme řepkový olej, olivový olej a máslo.

Seznam potravinových alergenů, které podléhají legislativnímu označování dle směrnice EU 1169/11

- 1 **Obiloviny obsahující lepek, konkrétně: pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich** (kromě glukózových sirupů na bázi pšenice, včetně dextrózy, maltodextrinů na bázi pšenice, glukózových sirupů na bázi ječmene, obilnin použitých k výrobě alkoholických destilátů, včetně ethanolu zemědělského původu)

Podskupiny:

1p - obilnina obsahující lepek - pšenice

1ž - obilnina obsahující lepek - žito

1j - obilnina obsahující lepek - ječmen

1o - obilnina obsahující lepek - oves

1š - obilnina obsahující lepek - špalda

1k - obilnina obsahující lepek - kamut

- 2 **Korýši a výrobky z nich**

- 3 **Vejsce a výrobky z nich**

- 4 **Ryby a výrobky z nich** (kromě rybí želatiny použité jako nosič vitamínových nebo karetonoidních přípravků)

- 5 **Podzemnice olejná (arašídý) a výrobky z nich**

- 6 **Sojové boby (sója) a výrobky z nich**

- 7 **Mléko a výrobky z něj, včetně laktózy** (kromě syrovátky použité k výrobě alkoholických destilátů, včetně ethanolu zemědělského původu, laktinolu)

- 8 **Skořápkové plody, konkrétně: mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie a výrobky z nich** (kromě ořechů použitých k výrobě alkoholických destilátů, včetně ethanolu zemědělského původu).

Podskupiny:

8a - skořápkové plody a výrobky z nich - mandle

8b - skořápkové plody a výrobky z nich - lískové ořechy

8c - skořápkové plody a výrobky z nich - vlašské ořechy

8d - skořápkové plody a výrobky z nich - kešu ořechy

8e - skořápkové plody a výrobky z nich - para ořechy

8f - skořápkové plody a výrobky z nich - pistácie

8g - skořápkové plody a výrobky z nich - makadamie

- 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 v koncentracích vyšších než 10mg, ml/kg,l, vyjádřeno SO2**

- 13 **Víčí bob (Lupina) a výrobky z něj**

- 14 **Měkkýši a výrobky z nich**