

čtvrtek 1. 10. 2020 / thursday

**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 alergyeny: 9, 1ž****kuřecí vývar s žitnými vločkami**kuřecí vývar, cibule, mrkev, celer, petržel, kapusta, žitné vločky,  
mořská sůl, petrželová nať180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergyeny: 7, 1p, 3, 9, 11****kuřecí masíčko se smetanovou omáčkou, domácí kynutý celozrnný knedlík**kuřecí prsa, kuřecí vývar, mrkev, celer, divoké koření, citronová šťáva, smetana, řepkový olej,  
cibule, pšeničná mouka, vejce, droždí, celozrnné pečivo

pátek 2. 10. 2020 / friday

**svačina: chléb, tvarohová pomazánka, zelenina, mléko, voda, čaj - 1,4,7****svačina: chléb, máslo, sýr, zelenina, voda, čaj - 1, 7**0,2 l **Polévka / Soup** **Obsažené alergyeny: 9, 1p, 11, 1š****hrachová polévka s celozrnnými krutony**hrách, cibule, česnek, zeleninový bujón, řepkový olej, majoránka, špaldová mouka, mořská sůl,  
celozrnné pečivo180 g **Namina pro mlsounka / Goodie for sweet-tooth** **Obsažené alergyeny: 7, 1p, 3****bavorské vdolečky se švestkovými povidly a strouhaným tvarohem**těsto: droždí, třtinový cukr, mléko, mouka pšeničná polohrubá, vejce, citronová kůra, mořská sůl,  
řepkový olej, povidla: švestky, třtinový cukr, citronová šťáva, skořice, tvrdý tvaroh

pondělí 5. 10. 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

zeleninový boršč

cibule, řepkový olej, zeleninový bujón, bílé zelí, mrkev, drcená rajčata, rajčatový protlak, červená řepa, brambory, česnek, divoké koření, koření paprika, mořská sůl

180 g Hlavní jídlo / Main course Obsažené alergie: 3, 1š, 11, 7

kapustový karbanátek, vařené brambory, bylinkový dip s česnekem

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

úterý 6. 10. 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, 1š

čočková polévka se zeleninou

čočka, cibule, mrkev, celer, petržel, zeleninový bujón, olej řepkový, majoránka, divoké koření, špaldová mouka, česnek, mořská sůl

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

krutí roláda s bylinkovým pestem a přírodní omáčkou, dušená rýže

krutí prsa, vývar z kuřete, cibule, řepkový olej, česnek, bylinkové pesto (bylinky, červená a žlutá paprika), špaldová mouka, rýže

středa 7. 10. 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, 1p, 11

cibulová polévka s bramborami, mrkví a celozrnnými krutony

hovězí vývar, cibule, brambory, mrkev, mletý kmín, řepkový olej, mořská sůl, celozrnné pečivo

180 g Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course Obsažené alergie: 1p, 6

těstoviny se zeleninovým čatní a uzeným tofu

cibule, lilek, cukety, drcená rajčata, papriky, řepkový olej, mořská sůl, uzené tofu, těstoviny

čtvrtek 8. 10. 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: 7, 6, 9, 1š

krémová brokolice- a bramborová polévka

olej řepkový, zeleninový bujón, cibule, špaldová mouka, brokolice, brambory, mléko, mořská sůl, tamari sojová omáčka

180 g Hlavní jídlo / Main course Obsažené alergie: 1p, 1š, 7

milánské špagetky sypané sýrem

kuřecí stehna, cibule, drcená rajčata, rajčatový protlak, řepkový olej, třtinový cukr, koření paprika, česnek, dobromysl, špaldová mouka, mořská sůl, těstoviny špagety, kravský sýr

pátek 9. 10. 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, 1p

zeleninový vývar s krupicí a divokým kořením

cibule, zeleninový bujón, řepkový olej, mrkev, celer, petržel, pórek, mořská sůl, divoké koření, krupice, petrželová nať

180 g Hlavní jídlo / Main course Obsažené alergie: 1p

halušky s uzeným masem a kysaným zelím

uzené maso bez konzervantů, cibule, řepkový olej, cibulová nať, kysané zelí, mořská sůl, mletý kmín, bramborové těsto

Změna jídelníčku vyhrazena.



JIDELNÍ LÍSTEK NA OBDOBÍ OD 12. 10. - 16. 10. 2020

pondělí 12. 10. 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 alergy: 9, 1p, 1š**

**rajská polévka s těstovinami**

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

180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergy: 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 13. 10. 2020 / tuesday

**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 alergy: 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

**Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergy: 9, 1š, 7**

**krutí maso se žampionovou omáčkou, dušená rýže**

krutí stehna, vývar z kuřete, cibule, řepkový olej, česnek, žampiony, mořská sůl, špaldová mouka, smetana, rýže

středa 14. 10. 2020 / wednesday

**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 alergy: 9, 1š**

**staročeská bramboračka**

cibule, brambory, zeleninový bujón, řepkový olej, česnek, mrkev, celer, petržel, žampiony, mletý kmín, majoránka, kapusta, špaldová mouka, 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 15. 10. 2020 / thursday

**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 alergy: 9, 1p**

**hovězí vývar s kapustičkami a nudličkami**

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

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** **Obsažené alergy: 9, 6**

**kari rizoto se zeleninou, sypané uzeným tofu**

rýže, zeleninový bujón, cibule, česnek, mrkev, cuketa, dýně, uzené tofu, kari, mořská sůl, řepkový olej, petrželová nať

pátek 16. 10. 2020 / friday

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

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

0,2 l **Polévka / Soup** **Obsažené alergy: 9, 1š**

**fazolová polévka se zeleninou**

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

180 g **Ňamina pro mlsounka / Goodie for sweet-tooth** **Obsažené alergy: 1p, 7**

**krupicová kaše se skořicí a másličkem, čerstvé ovoce**

pšeničná krupice, mléko, mořská sůl, třtinový cukr, ovocný cukr, skořice mletá, máslo,

čerstvé ovoce

Změna jídelníčku vyhrazena.



JIDELNÍ LÍSTEK NA OBDOBÍ OD 19. 10. - 23. 10. 2020

pondělí 19. 10. 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, 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 **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 4, 3, 1p

**mrkvo-vařené tuňákové karbanátky, vařené brambory, jablečný kompot**

mrkev, tuňák, rýže, cibule, cibulová nať, citrónová šťáva, vejce, strouhanka, koření rybáře Svena, řepkový olej, brambory, jablka, třtinový cukr, citrónová šťáva, skořice, hřebíček

úterý 20. 10. 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: 7, 1š

**zelná polévka**

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

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 9, 1š, 1p, 7

**vepřová kýta na česneku, bramborový knedlík, smetanový špenát**

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

středa 21. 10. 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

**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

**krůtí sekaná, bramborová kaše s mrkví, kyselá okurka**

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

čtvrtek 22. 10. 2020 / friday

**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, 1š

**cizrnová polévka s dýní**

cibule, cizrna, dýně, řepkový olej, česnek, mletý kmín, citrónová šťáva, zeleninový bujón, špaldová mouka, 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 23. 10. 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 **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course**

Obsažené alergie: 1p, 11, 3, 7

**smažený sýr v kukuřičné strouhance, vařené brambory, tatarka Bionea**

kravský sýr, pšeničná mouka, vejce, strouhanka, kukuřičná strouhanka, řepkový olej, mořská sůl, brambory, zakysaná smetana, nakládaná okurka, mořská sůl, třtinový cukr

Změna jídelníčku vyhrazena.



**JÍDELNÍ LÍSTEK NA OBDOBÍ OD 26. 10. - 30. 10. 2020**

pondělí 26. 10. 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 alergenů: 9, 7, 1š**

**cuketový krém**

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

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course**

**Obsažené alergenů: 9, 3, 7, 1š, 1p**

**těstoviny s dýní a žloutkovou omáčkou**

zeleninový bujón, žloutky, citrónová šťáva, máslo, mořská sůl, dýně, petrželová nať, špaldová mouka, těstoviny

úterý 27. 10. 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 alergenů: 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 alergenů: 9, 1š, 7**

**krutí kousky s mrkví, dušená rýže**

krutí stehna, vývar z kuřete, řepkový olej, cibule, mrkev, mořská sůl, divoké koření, špaldová mouka, mléko, citrónová šťáva, rýže

středa 28. 10. 2020 / wednesday

státní svátek / public holiday

**DEN VZNIKU SAMOSTATNÉHO ČESKÉHO STÁTU**

čtvrtek 29. 10. 2020 / thursday

**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 alergenů: 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 alergenů: 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 30. 10. 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 alergenů: 9, 1š**

**zeleninová polévka s fazolkami azuki**

azuki, brambory, mrkev, celer, petržel, pórek, zeleninový vývar, olej řepkový, mořská sůl, špaldová mouka, majoránka, petrželová nať,

180 g **Ňamina pro mlsounka / Goodie for sweet-tooth**

**Obsažené alergenů: 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

Změna jídelníčku vyhrazena.

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.

**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 **Večce 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 **Vlčí bob (Lupina) a výrobky z něj**
- 14 **Měkkýši a výrobky z nich**