

úterý 1. 3. 2022 / 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 alergie: 9, 1p, 11**česnečka se zeleninou a celozrnnými krutony**

brambory, mrkev, celer, petržel, česnek, mletý kmín, zeleninový bujón, mořská sůl, celozrnné pečivo

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** Obsažené alergie: 9, 7,**dýňové kari s kokosem, dušená rýže**

cibule, dýně, kari, řepkový olej, česnek, zeleninový bujón, mléko, kokosové mléko, rýžová krupička, citrónová šťáva, mořská sůl, rýže

středa 2. 3. 2022 / wednesday

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 alergie: 9, 7, 1š**krůtí kaldoun**

krůtí stehna, kuřecí skelety, cibule, řepkový olej, mrkev, celer, petržel, divoké koření, špaldová mouka, smetana, mořská sůl, petrželová nať

180 g **Hlavní jídlo dvojka / Main course two** Obsažené alergie: 9, 1š, 1p**krůtí guláš, těstoviny kolínka**

krůtí stehna, cibule, řepkový olej, koření paprika, mořská sůl, rajčatový protlak, drcený kmín, špaldová mouka, česnek, majoránka, těstoviny kolínka

čtvrtek 3. 3. 2022 / 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 alergie: 9, 3, 1p**kuřecí vývar s mrkvovým kapáním**

vývar z kuřete, celer, petržel, brokolice, mořská sůl, kapání: mrkev, vejce, pšeničná mouka, mořská sůl

180 g **Hlavní jídlo dvojka / Main course two** Obsažené alergie: 9, 10, 7, 1š, 1p**kuře po francouzsku, bulgur**

kuřecí stehna, kuřecí vývar, řepkový olej, drcená rajčata, česnek, vinný ocet, hořčice, estragon, smetana, mořská sůl, špaldová mouka, bulgur

pátek 4. 3. 2022 / 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 alergie: 9, 1š**cizrnová polévka jako gulášová**

cizrna, cibule, řepkový olej, koření paprika, česnek, brambory, celer, mrkev, petržel, majoránka, špaldová mouka, mořská sůl, petrželová nať

180 g **Namina pro mlounka / Goodie for sweet-tooth** Obsažené alergie: 7, 3, 1p**dukátové buchtičky s vanilkovou omáčkou, sezónní ovoce**

pšeničná mouka, vejce, mořská sůl, máslo, kravské mléko, třtinový cukr, droždí, citrónová kůra, vanilkový cukr, vanilkový pudink, sezónní ovoce

pondělí 7. 3. 2022 / 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, 1p, 3**hovězí polévka s nudlemi a zeleninou**

hovězí vývar, cibule, mrkev, celer, petržel, kapusta, domácí nudle, mořská sůl, koření Dobrá nálada

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

mletá aljašská treska, koření rybáře Svena, citrónová šťáva, pšeničná mouka, vejce, strouhanka, řepkový olej, mořská sůl, brambory, zakysaná smetana, nakládaná okurka, třtinový cukr, mořská sůl

úterý 8. 3. 2022 / 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, 1š**kapustnica se sušenými švestkami**

řepkový olej, cibule, kapusta, koření paprika, sušené švestky, brambory, mletý kmín, česnek, špaldová mouka, mořská sůl, divoké koření, smetana

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 7, 3, 1p**zapečené šunk'n fleky s uzeným masem bez konzervantů, zelný salát s paprikou**

uzené maso bez konzervantů, řepkový olej, cibule, česnek, naťové bylinky, mléko, vejce, mořská sůl, těstoviny, bílé zelí, paprika trikolora, mletý kmín, olivový olej, vinný ocet, mořská sůl

středa 9. 3. 2022 / 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 alergie: 9**polévka z červené čočky, rajčat a cukety**

cibule, řepkový olej, drcená rajčata, cuketa, loupaná červená čočka, saturejka, zeleninový bujón, česnek, mořská sůl

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 9, 1š**pečená krůtí prsa s divokým kořením a tymiánem, šťouchané brambory s cibulí**

krůtí prsa, vývar z kuřete, řepkový olej, cibule, divoké koření, tymián, česnek, mořská sůl, špaldová mouka, brambory

čtvrtek 10. 3. 2022 / thursday

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, 7, 1p, 3, 11, 1š**špenátová polévka s vejcem a celozrnnými krutony**

cibule, zeleninový bujón, řepkový olej, špenát, česnek, mléko, špaldová mouka, mořská sůl, vejce, pečivo

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 9, 6, 7**zapečené rizoto s kuřecím masem, zeleninou a sýrem**

kuřecí stehna a vývar z kuřete, cibule, česnek, mrkev, pórek, hrášek, kukuřice, tamari, kravský sýr, rýže

pátek 11. 3. 2022 / 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, 1p, 3**kuřecí vývar se zeleninovými noky**

vývar z kuřete, cibule, mrkev, celer, petržel, mořská sůl, noky: pšeničná mouka, květák, mrkev, hrášek, vejce

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** Obsažené alergie: 1p, 3, 11, 7**smažené zeleninové špízy v sezamových semínkách, šťouchané brambory s cibulí, mrkvový dip**

dýně, cuketa, papriky, cibule, provensálské bylinky, mořská sůl, pšeničná mouka, vejce, sezamová semínka, strouhanka, řepkový olej, brambory, bílý jogurt, mrkev, česnek, mořská sůl

pondělí 14. 3. 2022 / 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: 7, 9, 1š**krémová květákovo-bramborová polévka**

řepkový olej, cibule, květák, brambory, mléko, mořská sůl, mletý kmín, zeleninový bujón, špaldová mouka, muškátový oříšek

0,2 l **Hlavní jídlo dvojka / Main course two** Obsažené alergie: 9, 1p**kachní ragú, těstoviny špagety**

mletá kachní prsa, vývar z kostí, řepkový olej, drcená rajčata, rajčatový protlak, mrkev, celer, cibule, česnek, bobkový list, tymián, petrželová nať, rýžová krupička, mořská sůl, těstoviny špagety

úterý 15. 3. 2022 / 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**hovězí vývar s hráškem a rýží**

vývar z kostí, pórek, mrkev, celer, petržel, hrášek, řepkový olej, libeček, mořská sůl, rýže

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 9, 7, 1p, 3**hovězí masíčko s křenovou omáčkou, domácí kynutý knedlík s mrkví**

hovězí maso, vývar z kostí, cibule, řepkový olej, smetana, mořská sůl, citrónová šťáva, třtinový cukr, křen, pšeničná mouka, vejce, droždí, mrkev

středa 16. 3. 2022 / 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: 1š, 9**hrstková polévka**

čočka, hrách, fazole, kroupy, cibule, česnek, petrželová nať, majoránka, zeleninový bujón, řepkový olej, špaldová mouka, mořská sůl

180 g **Hlavní jídlo dvojka / Main course two** Obsažené alergie: 1p, 11, 7, 3,**sekaný máslový řízek, bramborová kaše**

krutí stehna, pečivo, mléko, máslo, muškátový květ, mořská sůl, citrónová kůra, vejce, strouhanka, řepkový olej, brambory, mléko, máslo

čtvrtek 17. 3. 2022 / 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 alergie: 9, 1p, 11, 3**kuřecí vývar s droždovým kapáním**

kuřecí vývar, celer, mrkev, petržel, mořská sůl, petrželová nať, řepkový olej, cibule, kapání: řepkový olej, lahůdkové droždí, hrubá mouka pšeničná, strouhanka, česnek, mořská sůl, majoránka, vejce

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** Obsažené alergie: 1š, 7, 1p**bramborové nočky se smetanovou omáčkou s nasekaným špenátem**

bramborové těsto, cibule, řepkový olej, mléko, smetanový sýr, listový špenát, špaldová mouka, česnek, dobromysl, mořská sůl

pátek 18. 3. 2022 / friday

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, 7, 1š**celerová polévka s brambůrkami a mrkvičkou**

cibule, celer, zeleninový bujón, brambory, mrkev, řepkový olej, mléko, špaldová mouka, mořská sůl, petrželová nať

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** Obsažené alergie: 3, 1š, 7, 11**zeleninová musaka se sýrem sypaná sezamovými semínky**

brambory, lilek, cuketa, cibule, papriky, olivový olej, mořská sůl, česnek, tymián, drcená rajčata, petrželová nať, krusta: vejce, špaldová mouka, mléko, sýr, sezamová semínka

pondělí 21. 3. 2022 / 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**

zeleninový vývar s těstovinami

zeleninový bujón, mrkev, celer, petržel, cuketa, řepkový olej, mořská sůl, těstoviny, petrželová nať

180 g **Hlavní jídlo dvojka / Main course two** **Obsažené alergy: 9, 10, 7, 1š, 1p, 3,**

hamburská krůtí stehna, domácí kynutý knedlík

krůtí stehna, vývar z kostí, vepřová šunka, řepkový olej, cibule, mrkev, celer, petržel, nakládané okurky, divoké koření, citrónová šťáva, hořčice, třtinový cukr, smetana, špaldová mouka, pšeničná mouka, vejce, droždí, pečivo

úterý 22. 3. 2022 / 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 alergy: 9, 1š, 3**

fazolová polévka se špaldovým kapáním

bílá fazole, cibule, řepkový olej, koření paprika, česnek, celer, mrkev, petržel, majoránka, saturejka, špaldová mouka, mořská sůl, petrželová nať, kapání: vejce, špaldová mouka, mořská sůl

180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergy: 3, 7, 1š**

bramborový báč s uzeným masem bez konzervantů, smetanový špenát

uzené vepřové maso bez konz., brambory, droždí, vejce, mléko, špaldová mouka, česnek, majoránka, mořská sůl, řepkový olej, cibule, řepkový olej, špenát, česnek, smetana

středa 23. 3. 2022 / wednesday

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, 1p**

kuřecí vývar se zeleninkou a kuskusem

vývar z kuřete, celer, mrkev, pórek, kedlubna, cibule, divoké koření, mořská sůl, kuskus

180 g **Hlavní jídlo dvojka / Main course two** **Obsažené alergy: 7, 1p, 11, 3, 1š, 9,**

masové kuličky v rajčatové omáčce, těstoviny

kuřecí stehna, mořská sůl, mléko, pečivo, vejce, cibule, špaldová mouka, strouhanka, řepkový olej, omáčka: řepkový olej, cibule, mrkev, celer, petržel, divoké koření, skořice, špaldová mouka, kuřecí vývar, rajčatový protlak, drcená rajčata, citrón, mořská sůl, třtinový cukr, těstoviny

čtvrtek 24. 3. 2022 / 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, 7, 1š**

zeleninová ragú polévka

mrkev, celer, brokolice, cibule, květák, špaldová mouka, muškátový květ, zelené fazolky, mořská sůl, libeček, máslo, mléko

180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergy: 9, 11, 7, 1š**

krůtí maso s dýňovou omáčkou a tahini, dušená rýže

krůtí prsa, vývar z kuřete, cibule, řepkový olej, dýně, česnek, tahini, mléko, špaldová mouka, mořská sůl, citrónová šťáva, rýže

pátek 25. 3. 2022 / 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, 1p**

hovězí vývar s kořenovou zeleninou a bezpluchým ovsem

hovězí vývar, cibule, celer, mrkev, petržel, řepkový olej, mořská sůl, petrželová nať, bezpluchý oves

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

makové palačinky se šlehaným tvarohem a švestkovými povidly

pšeničná mouka, kravské mléko, vejce, mořská sůl, mák celý, řepkový olej, tvaroh, med, citrónová kůra, švestky, třtinový cukr, skořice

pondělí 28. 3. 2022 / 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, 1p, 1š, 11,**hrachová polévka se zeleninou a krutony**

hrách, cibule, česnek, celer, mrkev, petržel, olej řepkový, majoránka, špaldová mouka, pečivo,

0,2 l **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergenů: 1p, 1š**uzené vepřové maso bez konzervantů s restovanou cibulkou, bramborový knedlík, dušené červené zelí**

uzené vepřové maso bez konzervantů, řepkový olej, cibule, bramborové těsto, červené zelí, vinný ocet, třtinová špaldová mouka, mořská sůl, mletý kmín

úterý 29. 3. 2022 / 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 alergenů: 9, 1p**zeleninový vývar s nudlemi**

zeleninový bujón, cibule, mrkev, celer, petržel, kadeřávek, vlasové nudle, mořská sůl, koření Dobrá nálada

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergenů: 7, 1š, 1p**těstoviny špagety se šunkou, smetanou a sýrem**

šunka, řepkový olej, cibule, smetana, špaldová mouka, těstoviny špagety, kravský sýr, mořská sůl,

středa 30. 3. 2022 / wednesday

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 alergenů: 9, 7, 1š**frankfurtská polévka s párkem**

kuřecí vývar, párky, cibule, brambory, řepkový olej, koření paprika, špaldová mouka, česnek, mléko, mořská sůl, petrželová nať

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** Obsažené alergenů: 9, 7, 3, 1p**zapečený kuskus se zeleninou a sýrem**

pórek, mrkev, červená řepa, cuketa, dýně, česnek, olivový olej, mořská sůl, koření Holy veggio, kuskus, zeleninový bujón, kravský sýr, vejce, kravské mléko

čtvrtek 31. 3. 2022 / 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 alergenů: 9, 3, 6**kmínová polévka s vejci**

mletý kmín, brambory, mrkev, celer, petržel, vejce, cibule, olej řepkový, petrželová nať, mořská sůl, tamari sojová omáčka, zeleninový bujón

180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** Obsažené alergenů: 6, 1š, 1p**zelená čočka se zeleninou, rajčaty a sojovým pářečkem vařeným v páře**

cibule, zelená čočka, drcená rajčata, česnek, tymián, mrkev, brambory, petrželová nať, špaldová mouka, citrónová šťáva, mořská sůl, sojový párek

Při dochucování standardně používáme mořskou sůl, koření, bylinky. Ty 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 **Vejde 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 **Vičí bob (Lupina) a výrobky z něj**
- 14 **Měkkýši a výrobky z nich**

