

pondělí 2. 1. 2023 / monday

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**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, 1p, 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 3. 1. 2023 / tuesday

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**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, 7, 1š**krůtí maso se zeleninovou omáčkou, dušená rýže**

krůtí prsa, vývar z kuřete, cibule, řepkový olej, česnek, mrkev, cuketa, drcená rajčata, zakysaná smetana, bazalka, špaldová mouka, rýže

středa 4. 1. 2023 / 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, 1p, 11**cibulová polévka s bramborami, mrkví a krutony**

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

180 g **Hlavní jídlo dvojka / Main course two** Obsažené alergie: 7, 1p**těstoviny po venkovsku**

mleté hovězí a vepřové maso, řepkový olej, cibule, drcená rajčata, rajčatový protlak, česnek, koření na těstoviny (bazalka, dobromysl, tymián, libeček), červená a bílá fazole, petrželová nať, mořská sůl, kravský sýr, těstoviny

čtvrtek 5. 1. 2023 / 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: 7, 6, 9, 1š**krémová brokolicovo-bramborová polévka**

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

180 g **Hlavní jídlo dvojka / Main course two** Obsažené alergie: 9, 1p**kuřecí kari, kuskus**

kuřecí stehna, kuřecí vývar, řepkový olej, kokosové mléko, červené kari, citrónová šťáva, paprika, cuketa, bazalka, koriandr, rýžová krupička, kuskus

pátek 6. 1. 2023 / 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, 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 **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course****tofu griletky, bramborová kaše s dýní**

tofu natural, tamari sojová omáčka, pšeničná mouka, vejce, strouhanka, řepkový olej, brambory, mléko, máslo, dýně, mořská sůl

Obsažené alergie: 6, 1p, 11, 3, 7

pondělí 9. 1. 2023 / 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, 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 dvojka / Main course two **Obsažené alergie:** 9, 1š, 1p**krutí guláš, těstoviny kolínka**

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

úterý 10. 1. 2023 / 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 Hlavní jídlo / Main course **Obsažené alergie:** 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 11. 1. 2023 / 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, 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 **Obsažené alergie:** 7**zapečené kuřecí maso se sýrem, paprikami a bramborami**

kuřecí stehna, řepkový olej, cibule, česnek, papriky, cuketa, drcená rajčata, bazalka, dobromysl, kravský sýr, brambory, mořská sůl

čtvrtek 12. 1. 2023 / 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:** 1p, 1š, 7**milánské špagety 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 13. 1. 2023 / 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, 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 Namina pro mlsounka / Goodie for sweet-tooth **Obsažené alergie:** 1p, 7**krupicová kaše s kakaem a másličkem, čerstvé ovoce**

pšeničná krupice, mléko, mořská sůl, třtinový cukr, ovocný cukr, kakao méďa, máslo, čerstvé ovoce

pondělí 16. 1. 2023 / 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, 1ž

kuřecí vývar s pórkem a ozimým žitem

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

180 g **Hlavní jídlo / Main course** Obsažené alergie: 4, 3, 1p, 11

mrkvo- 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 17. 1. 2023 / 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 18. 1. 2023 / 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

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, okurkový salát s ředkvičkou

krůtí stehna, cibule, mléko, pečivo, strouhanka, vejce, petrželová nať, mořská sůl, dobromysl, brambory, mléko, máslo, mrkev, salátová okurka, ředkvičky, vinný ocet, třtinový cukr, mořská sůl

čtvrtek 19. 1. 2023 / 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, 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, zeleninou a sýrem

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

pátek 20. 1. 2023 / 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

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

pondělí 23. 1. 2023 / 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, 1š**
cuketový krém

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

 180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergie: 4**
steak z tilápie, vařené brambory, restované zelené fazolky s medvědí česnekem

tilápie, olivový olej, koření paprika, petrželová nať, koření rybáře Svena, citrónová šťáva, mořská sůl, brambory, zelené fazolky, olivový olej, medvědí česnek, česnek, mořská sůl

úterý 24. 1. 2023 / 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 jahelnými pukanci

vývar z kuřete, cibule, mrkev, celer, petržel, čínské zelí, mořská sůl, jahelné pukance, petrželová nať

 180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergie: 9, 1š, 7**
krůtí kousky s mrkví, dušená rýže

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

středa 25. 1. 2023 / 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, 6, 1š, 11**
mrkvová polévka

mrkev, cibule, zeleninový bujón, řepkový olej, mořská sůl, citrónová šťáva, tamari sojová omáčka, špaldová mouka, tahini, petrželová nať

 180 g **Vegetariánské hlavní jídlo / Vegetarian main course** **Obsažené alergie: 1š, 1p**
barevné fazole s rajčaty a kukuřicí, bulgur

červená a bílá fazole, saturejka, drcená rajčata, rajčatový protlak, kukuřice, cibule, česnek, řepkový olej, kmín, cibulová nať, špaldová mouka, bulgur

čtvrtek 26. 1. 2023 / 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 knedlík

hovězí maso, řepkový olej, cibule, mrkev, celer, petržel, divoké koření, skořice, rajčatový protlak, mořská sůl, vinný ocet, třtinový cukr, pšeničná mouka, vejce, droždí, pečivo

pátek 27. 1. 2023 / 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, 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 **Namina pro mlsounka / Goodie for sweet-tooth** **Obsažené alergie: 1š, 7, 3**
domácí buchtý s mlékem

špaldová mouka, droždí, třtinový cukr, selské mléko, vejce, citrónová kůra z bio citrónu, mořská sůl, máslo, maková náplň: mák, kravské mléko, med z Vysočiny, citrónová kůra, perníkové koření, tvarohová náplň: tvaroh, vejce, med z Vysočiny, citrónová kůra, rozinky, povidlová náplň: švestky, med z Vysočiny, skořice, selské mléko

pondělí 30. 1. 2023 / 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, 3****zeleninová polévka s rozšlehaným vejcem**

zeleninový bujón, cibule, řepkový olej, lahůdkové droždí, mrkev, celer, petržel, bobkový list, kopr, petrželová nať, mořská sůl, rýže, vejce

180 g **Hlavní jídlo / Main course** **Obsažené alergie: 1š, 11, 3, 7, 9****krůtí roláda s bylinkovou nádivkou a přírodní omáčkou, dušená rýže**

krůtí prsa, kuřecí vývar, bílé pečivo, žlutky, bílky, mléko, muškátový květ, naťové bylinky, cibule, česnek, řepkový olej, špaldová mouka, rýže

úterý 31. 1. 2023 / 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, 1š****hrachová polévka s krutony**

hrách, cibule, česnek, zeleninový bujón, řepkový olej, majoránka, špaldová mouka, mořská sůl, pečivo

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

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

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 **Veje 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**

