**Jídelní lístek :2.3.-6.3.2020**

**2.3.PO\***

**Přesnídávka:** Bílý jogurt s kokosovým müsli /150g jogurt + 20g müsli/1,7,8

**Oběd: \*** Krémová květáková/1,3,7

Obalované rybí „kuličky“ s vařeným bramborem, tvarohová tatarka /1,3,4,7,10

**Svačina:** Bramborová špička 60g vajíčkovou pomazánkou 30g a rajčetem 50g / 1,3,7

**3.3.ÚT\***

**Přesnídávka:** Bagetka 60g, máslo 10g, sýr plátek 20g, jablko 50g / 1,7

**Oběd:** Zeleninová polévka se špeclemi/1,3,7,9

Pohankové lívance s banánem, jahodový tvaroh/1,3,7 **VEGETARIAN**

**Svačina:** Slunečnicová špička 45g, liptovská pomazánka 30g, paprika 50g / 1,3,7

**4.3.ST\***

**Přesnídávka:** Knackebrot 2ks, čerstvý sýr 30g, mandarinka 50g/ 1,7

**Oběd:**Hrstková /1,7,9

Svíčková hovězí pečeně na smetaně s brusinkami, houskový knedlík/1,3,7,9,10

**Svačina:** Loupák 40g, mléko 200ml/ 1,3,7,8

**5.3.ČT\***

**Přesnídávka:** Pšenično žitný chléb 60g, pomazánka s cizrny ,,humus´´ 30g, banán 50g apod./ 1,7,11

**Oběd: \*** Hovězí vývar s rýží/9

Králičí krupeto s francouzskou zeleninou, kompot/1,7

*\*králičí maso\*kroupy\*zelenina\*bylinky\*olej\*kompot*

**Svačina:** Jablečný závin 80g, mléko 200ml / 1,3,7,8

**6.3.PÁ\***

**Přesnídávka:** Rohlík mochovský 60g, kefír jahodový 150ml/ 1,3,7

**Oběd: \*** Bramborová s čočkou belugou/1,7,9

Vepřová kotletka na kmíně, jasmínová rýže/1

**Svačina:** Mouřenín 60g s máslem 10g, šunkou 20g , okurka 50g/ 1,7

**Jídelní lístek: 9.3.-13.3.2020**

**9.3.PO\***

**Přesnídávka:** Jablečné pyré s domácím ořechovým müsli /150ml pyré + 20g müsli/1,7,8

**Oběd:** Rajská s rýží/1,7

Kolínka s mákem a perníkem /1,3,7,13

**Svačina:** Dalamánek 60g se šunkovou pomazánkou 30g, paprika 50g/ 1,7

**10.3.ÚT\***

**Přesnídávka:** Rafaelo koláč, mléko / 80g + 200 ml/ 1,3,7,8

**Oběd:** Bramborová se špaldovými vločkami /1,7,9

Trhaná kachna, bramborový knedlík, červené zelí /1,3,7

**Svačina:** Houska 60g, s máslem 10g a sýrem 20g, rajče 50g /1,7

**11.3.ST\***

**Přesnídávka:** Slunečnicový chléb 60g, ricotta 30g, pomeranč 50g/1,7

**Oběd:** Hrachová /1,7

Obalované kuřecí stripsy s vařeným bramborem a petrželkou /1,3,7,10

**Svačina:** Houska 60g, sardinková pomazánka 30g, okurka 50g/ 1,3,4,7

**12.3.ČT\***

**Přesnídávka:** Slunečnicová špička 45g, bylinková lučina 30g, banán 50g apod./ 1,7

**Oběd:** Kuřecí vývar s tarhoní /1,3,9

Kuřecí milánské špagety/1,3,

**Svačina:** Chléb Borodino 60g, pomazánka se sušenými rajčaty a slunečnicovým semínkem, rajče 50g apod./ 1,7

**13.3.PÁ\***

**Přesnídávka:** Lámankový chléb 60g s máslem 10g, čedarem 20g, jablko 50g/ 1,7

**Oběd: \*** Kulajda/1,3,7

Hovězí Stroganov, parboiled rýže /1,7,10

**Svačina:** Čokokuličky 20g s jogurtem 150g /1,3,7

**Jídelní lístek: 16.3.-20.3.2020**

**16.3.PO\***

**Přesnídávka 1:** Termix 90g, jablko 50g /7

**Oběd:** Podzimní zeleninová polévka s rýží parboiled /1,7,9

Pečené krůtí stehno na tymiánu a česneku s těstovinami/1,3

**Svačina:** Dalamánek 60g, špenátová pomazánka 30g, rajče 50g / 1,7

**17.3.ÚT\***

**Přesnídávka 1:** Houska sezamová 60g s hráškovou pomazánkou s mátou 30g, banán 50g / 1,7,11

**Oběd:** Mrkvový krém s kurkumou/1,7,9

Vepřové ragú s fazolemi s jasmínovou rýží/1

**Svačina:** Slunečnicová bulka 60g s máslem 10g, šunkou 20 g, bílá ředkev 50 g/ 1,7

**18.3.ST\***

**Přesnídávka 1:** Rohlík mochovský 60g, bulharská pomazánka 30g, mandarinka 50g/ 1,3,7

**Oběd: \*** Fazolová /1,7

Pečené kuřecí stehno s petrželovým bramborem/0

**Svačina:** Knackebrot 2 ks, drůbeží pomazánka 30g, okurka 50g /1,7

**19.3.ČT\***

**Přesnídávka 1:** Slunečnicová bulka 60gs přírodním sýrem 30g, jablko 50g /1,7,8

**Oběd:** Hovězí vývar s játrovým kapáním/1,3,7,9*\**

Rajská omáčka s hovězím masem a houskovým knedlíkem/1,3,7

**Svačina:** Slunečnicová špička 45g s mozzarellou a rajčetem /máslo 10 g, mozzarella 20g, rajče 50g/ 1,7,8 - slunečnice

**20.3.PÁ\***

**Přesnídávka 1:** Borodino chléb 60g s máslem 10g, kuřecí šunkou 20 g, pomeranč 50g /1,7

**Oběd:** Bramborový krém s batáty a mrkví/1,7

Buchtičky ze špaldové mouky s vanilkovým krémem/1,3,7

**Svačina:** Rohlík mochovský 60g, česneková pomazánka 30g, rajče 50g/ 1,7

**Jídelní lístek:23.3.-27.3.2020**

**23.3.PO\***

**Přesnídávka:** Bílý jogurt 150g, domácí müsli 20g /1,7,8

**Oběd: \*** Brokolicová/1,3,7

Přírodní rybí filé na másle, vařený brambor, salát / 4,7

**Svačina:** Houska 60g, sardinková pomazánka 30g, rajče 50g /1,3,4,7

**24.3.ÚT\***

**Přesnídávka:** Makovka 80g s mlékem 200ml /1,3,7

**Oběd:** Zeleninová s mořskou řasou/1,9

Krůtí stehenní maso na způsob ala bažant, jasmínová rýže /1

**Svačina:** Slunečnicová špička 60g, sýrová pomazánka 30g, paprika 50g / 1,3,7,11

**25.3.ST\***

**Přesnídávka:** Chléb lámankový 60g, avokádová pomazánka 30g apod./ 1,3,7

**Oběd:** Z červené čočky a rajčat/1,7

Špagety se sýrovou omáčkou quattro formaggi /1,3,7

**Svačina:** Mouřenín 60g a pomazánka z ajvaru 30g, okurka 50g / 1,3,7

**26.3.ČT\***

**Přesnídávka:** Samožitný chléb 60g s čerstvým sýrem 30g, jablko 50g / 1,3,7

**Oběd:** Kuřecí vývar s těstovinovou rýží /1,3,9

Vepřové rizoto se sýrem, okurka /7,9

**Svačina:** Slunečnicová špička 45g, šunková pěna 30g, rajče 50g /1,3,7

**27.3.PÁ\***

**Přesnídávka:** Lámankový chléb 60g , okurková pomazánka s česnekem a koprem 30g /1,3,7

**Oběd:** Kapustová s brambůrkem/1,7,9

Kuře na paprice, kolínka /1,3,7

**Svačina:** Rohlík mochovský 60g s vajíčkovou pomazánkou 30g, okurka 50g /1,3,7

**Jídelní lístek: 30.3.-3.4.2020**

**30.1.PO\***

**Přesnídávka:** Pribináček 80g a jablko 50g /7

**Oběd: \*** Krémová z červené řepy/1,7,9

Rybí filé na kokosovém mléku s koriandrem, jasmínová rýže /4,8

**Svačina:** Bramborová špička 60g s veganskou domácí paštikou 30g, rajčata 50g / 1,3,7

**31.3.ÚT\***

**Přesnídávka:** Bagetka 60g, máslo 10g, sýr plátek 20g, hrozno 50g / 1,3,7

**Oběd:** Bramborová s pohankou/1,3,7,9

Zeleninové chia placičky s červenou řepou, bramborová kaše, /1,3,7,8,10

**Svačina:** Rýžový chlebíček 2ks , pomazánka z červené řepy 30g /1,3,7