

ŠVAČINY, OBĚDY 18.–22. 10. 2021

v tomto týdnu ke svačinám budeme podávat:

ovoce: **jablka, mandarinky, hrušky, pomeranče**
 zeleninu: **okurky, mrkve, ledový salát, bílé a červené zelí, rajčata**

1 PORCE: 100–150 g

DATUM	ŠVAČINA		OBĚD		
18. 10.	A	toastový chléb se zeleninovou pomazánkou (máslo, Palouček, tvaroh, zeleninová omáčka)	A	dýňový krém (1, 7, 9)	nugety z lososa, brambor vařený (1, 3, 4, 7)
	B	houska s pomazánkovým máslem a ředkvičkami	B		špagety Arrabiata s bazalkou, mozzarella (1, 3, 7) – vegetarian
19. 10.	A	zapečená houska se šunkou a sýrem, ledový salát, jogurtový dip	A	bramborová polévka s krupkami (1, 7, 9)	špagety Bolognese se sójovým masem, sýr (1, 3, 6, 7, 9) – vegetarian
	B	houska s máslem a rajčaty	B		hovězí Stroganov s basmati rýží (1, 7, 10)
20. 10.	A	bílý jogurt, džem, ovocný salát	A	cizrnový krém (1, 7)	vepřová panenka se zelenými fazolky, Grenaille (1, 7)
	B	křehký rýžový a kukuřičný chléb, máslo, džem	B		banánové lívance, maliny, smetana (1, 3, 7) – vegetarian
21. 10.	A	pšenično-žitný chléb, tuňáková pomazánka (Palouček, máslo, tvaroh, tuňák), kyselá okurka	A	hovězí vývar s tarhoní (1, 3, 9)	výpečky, zelí, bramborový knedlík (1, 3, 7)
	B	pšenično-žitný chléb, pomazánkové máslo, kedlubna	B		dýňový kuskus se sezamem, kompot (1, 7, 11) – vegetarian
22. 10.	A	vícezrnná obložená bageta se šunkou, sýrem, rajčetem, kyselou okurkou a ledovým salátem	A	rajská polévka s rýží (1, 7)	rizoto s kukuřicí, hráškem, mrkvičkou, sýr, okurka (7, 9, 10) – vegetarian
	B	jablečné pyré, kakaové cereální kroužky	B		holandský řízek s bramborovou kaší (1, 3, 7, 10)

Druh ovoce/zeleniny a pečiva se může měnit v závislosti na jeho datu dodání a čerstvosti. Čísla alergenů jsou uvedena u obědů v závorce. Informace o nich naleznete na nástěnce ve vestibulu školy.