



Zimní jídelníček 20. - 24. ledna 2025

Luštěninové PONDĚLÍ: Plavčíci, hurá do vody!

VÍCEZRNNÁ houska s pomazánkou z PÓRKU a KAPIE, mrkvička a čaj z MÁTY a CHRPY (1,7)

PÓRKOVÁ s brambory a vejcem (3)

HUMMUS s pečenými hranolkami MRKVE a PETRŽELE, POLNÍČEK a krajíc kváskového chleba (1,7)

PALAČINKY s jahodovou marmeládou a tučným TVAROHEM, jablíčko

a hrneček ČERSTVÉHO mléka (1)

ÚTERÝ:

OVESNÁ kaše s QUINOA semínkem, skořicí a MERUŇKAMI, jablko a čaj z IBIŠKU (1,7)

ČESNEČKA

VEPŘOVÉ na českém KMÍNU z Vysočiny s JASMÍNOVOU rýží a HRÁŠKEM z podřipských polí

VÍCEZRNNÝ toastík s pomazánkou z TOFU paštiky s DÝNÍ, KEDLUBEN a čerstvé mlíčko (1,7)

STŘEDA:

Bagetka se zlatým LNĚNÝM semínkem s ČERSTVÝM sýrem z Bohušovické mlékárny,

cherry rajče a MELTA s ČERSTVÝM mlékem (1,7)

Polévka s JÁTROVOU rýží a zeleninou (1,3,9)

KRŮTÍ kousky restované na PAPRICE a PÓRKU s bambusovými výhonky,

vařený brambor vypěstovaný na podřipských polích

ŠPALDOVÝ koláč s jablky a drobenkou, JABLÍČKO a čaj z jablečných kousků (1,3,7)

Sladký ČTVRTEK:

KVÁSKOVÝ chléb z pšeničné a ŽITNÉ mouky s pomazánkou z ČERSTVÉHO sýru

a pečené filety TILAPIE, KEDLUBEN a čaj ze ŠÍPKŮ (1,4,7)

ZELENINOVÝ vývar se ŽLUTOU ČOČKOU

Bramborové ŠIŠKY s modrým MÁKEM z Vysočiny a hrneček ČERSTVÉHO mléka (1,7)

VÍCEZRNNÝ chléb s HRÁŠKOVOU pomazánkou, MRKVIČKA

a jablečný mošt s HRUŠKOU ze sadů v podhůří Jeseníků (1,7)

Indický PÁTEK :

Vícezrnný chléb s ČERSTVÝM sýrem z Bohušovické mlékárny a naklíčenými semínky VOJTĚŠKY v BIO kvalitě, kapie a čerstvé MLÉKO (1,7)

KMÍNOVÁ polévka s bramborem (9)

Kuře po INDICKU na MEDU a cibulové zelenině, KUSKUS a KOMPOT z jablíček (3)

Ovocná přesnídávka z JABLÍČEK ze sadů v podhůří Jeseníků, VÍCEZRNNÝ toastík

a čaj z MALIN a vanilky (1)