



## Jídelníček na říjen 2019

- 1.10.Nudlová 1.Kuřecí plátek na rozmarýnu, bulgur, mrkvový salát, sirup  
2.Plněná rajčata s kuskusem, sirup
- 2.10.Dýňová 1.Katův šleh, rýže, jogurt s ovocem a CHIA semín., džus
- 3.10.Kroupová 1.Krůtí maso z pekáčku, bramborová kaše, zel. salát, sirup  
2.Kaše z ovesných vloček s kakaem, sirup
- 4.10.Se sýr.sv. 1.Hovězí maso vařené, rajská omáčka, kolínka, džus
- 7.10.Čočková 1.Dukátové buchtičky s krémem, mléko, čaj, ovoce  
2.Bramboráčky se zelným salátem, čaj, mléko, ovoce
- 8.10.Kmínová 1.Vepřová kýta, houbová omáčka, houskový knedlík, sirup  
2.Cizrnový salát se suš.rajčaty a tuňákem, chléb, sirup
- 9.10.S těstov. 1.Vepřová kotleta přír., fazolky na slanině, kuskus, džus
- 10.10.Kulajda 1.Kapustový karbanátek s oves.vloč., bram.kaše, okurka, sirup  
2.Rybí file po mlynářsku, bramborová kaše, okurka, sirup
- 11.10.Se šp.kap.1.Kuře na paprice, těstoviny, džus
- 14.10.Cizrnová 1.Palačinky s jahod.šlehačkou, čaj, kakao, ovoce  
2.Zapečená cuketa s rajčaty a sýrem, bageta,čaj,kakao,ovoce
- 15.10.Jáhlová 1.Srdce na smetaně, špaldový knedlík, džus  
2.Zapečené těstoviny s brokolicí, okurka, džus
- 16.10.Vločková 1.Kuřecí řízek v kukuř.strouhance, bram.kaše, kompot, sirup
- 17.10.S kuskus. 1.Cikánská vepřová kýta, těstoviny, čaj  
2.Houbový kuba, zelný salát, čaj
- 18.10.Rýžová 1.Kuře pečené, červené zelí, šumavský bram. knedlík, sirup
- 21.10.Slepičí 1.Čočka na kyselo, vejce, okurka, chléb, čaj, ovocné mléko, ovoce  
2.Rýžový nákyp, čaj, ovocné mléko, ovoce
- 22.10.S droben.1.Špagety s kuřecím masem, žampióny a šlehačkou, sirup  
2.Fazolový salát s paprikou, špaldová bageta, sirup
- 23.10.Hrstková 1.Rybí file smažené, bramborová kaše, kompot, džus
- 24.10.S frid.nud.1.Štěpánská vepřová kýta, rýže, sirup  
2.Zapečený květák s kapustou, brambory, sirup
- 25.10.Krupicová1.Krůtí kostky na česneku, bram.noky se špenátem, šleh.tvaroh, čaj
- 28.10 – 30.10. podzimní prázdniny
- 31.10.S vaj.jíš. 1.Kuřecí nudličky se sýrovou omáčkou, rýže, sirup  
2.Zeleninové krupoto, červená řepa, sirup

Obsažené alergeny v jídlech možno aktuálně dohledat na [www.strava.cz](http://www.strava.cz), na nástěnce ŠJ a u kuchařek při výdeji oběda. Změna jídelníčku a složení (alergeny) vyhrazena. Informace o velikosti porcí a podmínkách uchování pokrmů v jídlonosiči jsou k dispozici na nástěnce ŠJ. Dobrou chuť!!!!

