



Jídelní lístek od 9.3.2020 do 13.3.2020

Základní škola a Mateřská škola Tehov, Svatojánská Návěs 78, Tehov, 25101, I O: 75034182
ú.: 000000-2001069869/2010, Tel.: , www.zstehov.cz, hlinova@seznam.cz



Pondělí 9.3.2020		Průměrné množství (g/ml) porce pro normu:	D	E	Obs. alergenů*
P esnídávka	Hlavní jídlo	Corn flakes s mlékem			1, 3, 7
	Nápoj, doplněk	čaj, ovoce			
Oběd	Polévka	okroková polévka			1a, 9
	Hlavní jídlo	Gratinované brambory s brokolicí a sýrem			3, 4, 7
	Nápoj, doplněk	Voda, mrkvový salát s ananášem			
Svačina	Hlavní jídlo	Makovka			1a, 3
	Nápoj, doplněk	Kakao, ovoce			7

Úterý 10.3.2020		Průměrné množství (g/ml) porce pro normu:	D	E	Obs. alergenů*
P esnídávka	Hlavní jídlo	Bageta, rama, strouhaný sýr			1a, 3, 7
	Nápoj, doplněk	Mléko, zelenina			7
Oběd	Polévka	Hovězí vývar se zeleninou a nudlemi			1a, 9, 12
	Hlavní jídlo	Svíčková hovězí pečená na smetaně s houskovým knedlíkem			1a, 3, 7, 9, 10
	Nápoj, doplněk	Voda s citrónem			
Svačina	Hlavní jídlo	Chléb, pomazánkové máslo, pažitka			1a, 1b, 3, 7
	Nápoj, doplněk	čaj, ovoce			

Středa 11.3.2020		Průměrné množství (g/ml) porce pro normu:	D	E	Obs. alergenů*
P esnídávka	Hlavní jídlo	Jogurt s ovocem, bageta			1, 3, 7
	Nápoj, doplněk	čaj, ovoce			
Oběd	Polévka	Zeleninová s bulgurem			1a, 7, 9
	Hlavní jídlo	Pečené kuřecí stehno s kuskusem			1a, 9
	Nápoj, doplněk	Voda, zelený salát s mrkví			
Svačina	Hlavní jídlo	Chléb, celerová pomazánka			
	Nápoj, doplněk	čaj, zelenina			

Čtvrtek 12.3.2020		Průměrné množství (g/ml) porce pro normu:	D	E	Obs. alergenů*
P esnídávka	Hlavní jídlo	Houska s máslem a se šunkou			1, 3, 7
	Nápoj, doplněk	Mléko, zelenina			7
Oběd	Polévka	Bramborový krém s špenátem a libečkou			7, 9
	Hlavní jídlo	Žemlovka s jablky a tvarohem z farmy			1a, 3, 7
	Nápoj, doplněk	čaj			
Svačina	Hlavní jídlo	Bageta, rybičková pomazánka			1, 3, 4, 7
	Nápoj, doplněk	Džus, zelenina			1, 3, 7

Pátek 13.3.2020		Průměrné množství (g/ml) porce pro normu:	D	E	Obs. alergenů*
P esnídávka	Hlavní jídlo	Chléb s máslem a medem			
	Nápoj, doplněk	Mléko, ovoce			7
Oběd	Polévka	Minestrone			1a, 9
	Hlavní jídlo	Treska na másle, vařené brambory s pažitkou			4, 7
	Nápoj, doplněk	Sirup			
Svačina	Hlavní jídlo	Toustík, žervé			1a, 3, 7
	Nápoj, doplněk	čaj, zelenina			



* Obsahuje alergen (1,2,3...) a norem (A,B,C...) naleznete na přiloženém listě. Změna jídelní ků vyhrazena!

Dobrou chuť! Vám přejí: vedoucí jídelny Jana Hlínová a vedoucí kuchyni

