



## Jídelní lístek od 19.10.2020 do 23.10.2020

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



| Pondělí 19.10.2020 |                | Průměrné množství (g/ml) porce pro normu:     | D | E | Obs. alergeny* |
|--------------------|----------------|---|---|---|----------------|
| Pěsnídávka         | Hlavní jídlo   | Corn flakes s mlékem                          |   |   | 1, 3, 7        |
|                    | Nápoj, doplněk | čaj, ovoce                                    |   |   |                |
| Oběd               | Polévka        | Hrachová polévka                              |   |   | 1, 7, 9        |
|                    | Hlavní jídlo   | Plněné papriky s rajskou omáčkou, dušená rýže |   |   | 1a, 3, 9       |
| Svačina            | Nápoj, doplněk | Voda s citrónem                               |   |   |                |
|                    | Hlavní jídlo   | Termix, piškoty                               |   |   |                |
|                    | Nápoj, doplněk | čaj, ovoce                                    |   |   |                |

| Úterý 20.10.2020 |                | Průměrné množství (g/ml) porce pro normu:              | D | E | Obs. alergeny*  |
|------------------|----------------|--|---|---|-----------------|
| Pěsnídávka       | Hlavní jídlo   | Bageta, pomazánkové máslo s pažitkou                   |   |   | 1a, 3, 7        |
|                  | Nápoj, doplněk | Mléko, zelenina  |   |   | 7               |
| Oběd             | Polévka        | esnečka s uzeným masem, esnekové krutony               |   |   | 1a, 3, 9        |
|                  | Hlavní jídlo   | Svíčková na smetaně s houskovým knedlíkem a brusinkami |   |   | 1a, 3, 7, 9, 10 |
| Svačina          | Nápoj, doplněk | Voda   |   |   |                 |
|                  | Hlavní jídlo   | Chléb s máslem a marmeládou                            |   |   | 1a, 3, 7        |
|                  | Nápoj, doplněk | Mléko, ovoce   |   |   | 7               |

| Středa 21.10.2020 |                | Průměrné množství (g/ml) porce pro normu: | D | E | Obs. alergeny* |
|-------------------|----------------|---|---|---|----------------|
| Pěsnídávka        | Hlavní jídlo   | Šlehaný tvaroh s jogurtem, toustík        |   |   | 1a, 3, 7       |
|                   | Nápoj, doplněk | čaj, ovoce                                |   |   |                |
| Oběd              | Polévka        | Zelná polévka                             |   |   | 1a, 7, 9       |
|                   | Hlavní jídlo   | Grilovaný sýr halloumi se salátem         |   |   | 7              |
| Svačina           | Nápoj, doplněk | Sirup                                     |   |   |                |
|                   | Hlavní jídlo   | Chléb, tuňáková pomazánka                 |   |   | 1a, 3, 4, 7    |
|                   | Nápoj, doplněk | Džus, zelenina                            |   |   | 1, 3, 7        |

| Čtvrtek 22.10.2020 |                | Průměrné množství (g/ml) porce pro normu: | D | E | Obs. alergeny* |
|--------------------|----------------|---|---|---|----------------|
| Pěsnídávka         | Hlavní jídlo   | Houska s máslem                           |   |   | 1a, 3, 7       |
|                    | Nápoj, doplněk | Kakao, ovoce                              |   |   | 7              |
| Oběd               | Polévka        | Pórkový krém                              |   |   | 1a, 7, 9       |
|                    | Hlavní jídlo   | Hovězí nudličky Stroganoff s dušenou rýží |   |   | 1a, 7, 9, 10   |
| Svačina            | Nápoj, doplněk | čaj                                       |   |   |                |
|                    | Hlavní jídlo   | Bageta se šunkovou pomazánkou             |   |   | 1a, 3, 7       |
|                    | Nápoj, doplněk | Mléko, zelenina                           |   |   | 7              |

| Pátek 23.10.2020 |                | Průměrné množství (g/ml) porce pro normu:                                 | D | E | Obs. alergeny* |
|------------------|----------------|---|---|---|----------------|
| Pěsnídávka       | Hlavní jídlo   | Závin s makovou náplní  |   |   | 1, 3           |
|                  | Nápoj, doplněk | čaj, ovoce  |   |   |                |
| Oběd             | Polévka        | Dýňový krém s česnekovou omáčkou  |   |   | 7              |
|                  | Hlavní jídlo   | Pečené kuřecí paličky s pečenou bagetkou a bylinkovo-česnekovým dresinkem |   |   | 3, 7, 10       |
| Svačina          | Nápoj, doplněk | Sirup   |   |   |                |
|                  | Hlavní jídlo   | Chléb, vaječná pomazánka  |   |   | 1a, 3, 7       |
|                  | Nápoj, doplněk | Mléko, zelenina   |   |   | 7              |



\*) Obsahuje alergeny. Popis alergenů (1,2,3...) a norem (A,B,C...) naleznete na přiloženém listě. Změna jídelního lístku vyhrazena!

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