






Jídelníček od 7. do 11.ledna 2019

		<p><i>Pro žáky ZŠ Fryšták, svačinky, oběd, dospělé strážníky, zaměstnance školy</i></p> <p><i>svačinky a obědy žáků MŠ v ZŠ Fryšták, Lesní školky a ostatní žáky</i></p> <p><i>/ dle vyhlášky 1169 Sb. 2011 EU/ – obsahuje alergen - viz číselný kód za pokrmem:</i></p> <p><i>Legenda: S- snídaně, P – polévka, O – hlavní jídlo, Sv – svačinka</i></p>
<p>Pondělí 7.1.2019</p> 	<p>S: puding jahodový s jablkovým pyré /100% ovoce/, piškotem, čaj 1,3</p> <p>P: zeleninová s pohankovými krupkami 1,7,9</p> <p>O: novohradská vepřová kýta – dospělí krkovička /maso s žampiony, paprikou mletou, paprikou luský čerstvé, smetanou/ rýže 1,7,9</p> <p>Sv chléb s máslem, strouhaným sýrem, mléko 1,7</p>	
<p>Úterý 8.1.2019</p> 	<p>S: bulka s máslem, krutí šunkou, čaj s citronem 1,7</p> <p>P: polévka z gigant kedluben bílá 1,7,9</p> <p>O: hovězí roštěnka s bramborem, salátový výběr na jídelně – zelový, okurkový 1,7,9 I krájená zelenina – odvozy okurkový salát</p> <p>Sv veka s mexickou pomazánkou z TOFU a zeleniny, másla, mléko 1,6,7</p>	
<p>Středa 9.1.2019</p> 	<p>S: chléb s šunkovou pěnou, zeleninou, čaj 1,7</p> <p>P: gulášová přesnídávková 1,7,9</p> <p>O: povídkové knedlíky sypané tvarohem, nebo mákem 1,3,7</p> <p>Sv bulka s masovou pomazánkou, čaj ovocný 1,7,10,</p>	
<p>Čtvrtek 10.1.2019</p> 	<p>S: musli, čoko kuličky, kroužky skořicové, mléko jablko 1,7,8</p> <p>P: hovězí vývar s vídeňskými noky 1,7,9</p> <p>O: kuřecí stehno pečené, bramborová kaše, kompot míchaný 1,7</p> <p>Sv chléb s rybí tuňákovou pomazánkou, čaj šípkový 1,4,7</p>	
<p>Pátek 11.1.2019</p> 	<p>S: pizza cop, čaj s citronem 1,3,7,10</p> <p>P: luštěninová – hrstková polévka s kořenovou zeleninou 1,9,7</p> <p>O: rizoto s vepřovým masem, rostlinným masem, zeleninou, sypané sýrem cihlou, okurek 7,9,6</p> <p>Sv chléb s pomazánkovým krémem, mléko 1,7</p>	

Žáci mají na jídelně dostatek tekutin v době výdeje jídla a to: nápoj oslazený s přídavkem sirupu rakytníkového, mátového, bezinkového, pomerančového atd. Mají taky čistou vodu, dle sezony s mátu, meduňkou, citronem, citronovými lístky.