


## Jídelníček na 14. - 18. ledna 2019

		<i>Pro žáky ZŠ Fryšták, svačinky, oběd, dospělí strávnický, zaměstnance školy svačinky a obědy žáků MŠ v ZŠ Fryšták, Lesní školky a ostatní žáky</i>
		<i>/ dle vyhlášky 1169 Sb. 2011 EU/ – obsahuje alergen - viz číselný kód za pokrmem: Legenda: S- snídaně, P – polévka, O – hlavní jídlo, Sv – svačinka</i>
<b>Pondělí</b> 14.1.2019 	S: chléb pšeničný s vlažskou pomazánkou /sýr, máslo, šunka, vejce/ zelenina – rajčata, paprika, čaj s citronem 1, 3,7 P: ruský boršč z masa hovězího a vepřového, čerstvé řepy a zelí - 1,7,9 O: makové a jablkové záviny, kakao, granko – farmářské mléko, čaj 1,3,7,8 Sv veka s pomazánkou provensálskou /sýr TOFU, bylinky, máslo/ mléko 1,3,6,9	
<b>Úterý</b> 15.1.2019 	S: vložková bulka s pomazánkou sardinkovou, ředkvičky, paprika, rajčata, čaj s citronem /sardinky F-J-Kaiser/1,4,7,3 P: polévka ze tří druhů čočky – červená, hnědá, černá s kořenovou zeleninou 1,9 O: zapékané brambory s masem drůbežím, uzeninou, vejci, TOFU sýrem, a sójovým masem - salát z čínského zelí a červené řepy i nosiče na jídelně ještě salát okurkový a krájená zelenina 1,3,7,9 Sv mrkvičkovo - sýrová pěna – sýr žervé, chléb, jablko, čaj bylinkový 1,7	
<b>Středa</b> 16.1.2019 	S: housky tmavé celozrnné – sýrový krém z nivy se zeleninou /polníček, rajčata, paprika/ čaj šípkový s medem 1,7, stopy 8 P: vývar hovězí s těstovinou a kořenovou zeleninou 1,3,9 O: hlávkové červené zelí, kuřecí steak pečený na kmíně – žáci prsní díl, dospělí stehenní, pečený na pivo, knedlík houskový, nebo celozrnný 1,3,7,9 stopy 8 Sv musli, banán, mléko 1, 8,7	
<b>Čtvrtek</b> 17.1.2019 	S: bulka s máslem, krutí šunkou, zelenina krájená na tácku na jídelně, čaj s citronem 1,7, P: květáková bílá polévka s fritátovými nudlemi 1,7,9 O: pštroší vejce - /sekaný karbanátek pečený - plněný menším vejcem/ bramborová kaše s máslem – brambory z farmy, kompot míchaný dýně, broskve, třešně 1,3,7,9 Sv chléb vložkový, dětská lučinka, zeleninová krabička, čaj s citronem 1,7	
<b>Pátek</b> 18.1.2019 	S: vložkový chléb s máslem, strouhaným sýrem ementálem, ředkvičkami, mléko, čaj 1,7 P: hovězí vývar s noky se sýrem ricotta 1,3,7,9 O: hovězí maso vařené, rajská omáčka, těstoviny panzani 1,3,7,9 Sv jogurt ovocný, loupáček, bílá káva 1,7	

**Žáci mají na jídelně dostatek tekutin v době výdeje jídla a to: nápoj s přidávkem sirupu rakytníkového, mátového, bezinkového, pomerančového atd, nebo čistou vodu. Jídelníček je sestaven dle vyhlášky o školním stravování č.48/93 a splňuje potravinové koše dle předpisu.**