

Jídelníček Červánky

Lichý týden

Pondělí

Snídaně:	Párek s chlebem, hořčice A:1,3,6,7,10,11
Dopolední svačina:	Dezert (pudink, jogurt nebo kaše), ovoce A:1,3,6,7
Odpolední svačina:	Obložený chléb – šunka + sýr, zelenina A:1,3,4,7,9,10
Večeře:	Teplá večeře - zapečená A:3,6,7,9,10 (NUTNO OHŘÁT)

Úterý

Snídaně:	Sladká kapsa A:1,3,7
Dopolední svačina:	Chléb s BEZMASOU pomazánkou A:1,3,4,6,9,10
Odpolední svačina:	Dezert (pudink, jogurt nebo kaše) +ovoce A:1,3,6,7
Večeře:	Obložené vejce / aspik/ salát, pečivo A:1,3,4,7,9,10

Středa

Snídaně:	Palačinková variace A:1,3,6,7,8
Dopolední svačina:	Zákusek A:1,3,6,7, 8
Odpolední svačina:	Chléb s MASOVOU pomazánkou, zelenina A:1,3,4,7,9,10
Večeře:	Teplá – těstoviny/rýže s omáčkou A:1,3,7 (NUTNO OHŘÁT)

Čtvrtek

Snídaně:	Obložené pečivo A:1,3,4,6,7,9,10
Dopolední svačina:	Ochucený tvaroh / jogurt s krekry/čajovým pečivem A:7,8
Odpolední svačina:	Fresh sendvič A:1,3,4,7,9,10
Večeře:	Studená – „zabijačková“ (tlačenka/uzenina), ocet, chleba A:1,4,6,7,9

Pátek

Snídaně:	Pečený moučník A:1,3,5,6,7,8
Dopolední svačina:	Obložený chléb – šunka + sýr, zelenina A:1,3,4,7,9,10
Odpolední svačina:	Ovoce se šlehačkou A:7
Večeře:	Bramborová variace (Francouzské/bramborák atd,.) A:1,3,6,7 (NUTNO OHŘÁT)

Sobota

Snídaně:	Vaječná variace (míchaná/vařená/omeleta), chléb A:1,3,5,6,7,8
Dopolední svačina:	Pečený moučník A:1,3,5,6,7,8
Odpolední svačina:	„Variace zeleninového salátu, zálivka/dresink A:3,6,9,10
Večeře:	Sladká - Zemlbába/ nákyp/ ovocné knedlíky/ šišky A:1,3,6,7,8

Neděle

Snídaně:	Obložený talíř, chléb A:1,3,6,7,8
Dopolední svačina:	Chléb s BEZMASOU pomazánkou, zelenina A:1,3,4,6,9,10
Odpolední svačina:	Jogurt, ovoce A:1,3,5,6,7,8
Večeře:	Variace sekaná, brambor/chleba A:1,3,7,10 (NUTNO OHŘÁT)

Jídelníček Červánky

Sudý týden

Pondělí

Snídaně:	Sváteční pečivo, máslo + marmeláda A:1,3,5,6,7,8
Dopolední svačina:	Salát (pochoutkový, vlašák atd.), pečivo A:1,3,4,7,9,10
Odpolední svačina:	Jogurt / tvaroh, pečivo A:1,6,7,8
Večeře:	Rizoto A: 1,3,7,9,10

Úterý

Snídaně:	Obložený toast, zelenina A:1,3,4,6,7,9,10
Dopolední svačina:	Sladké pečivo A:1,3,5,6,7,8
Odpolední svačina:	Chléb s BEZMASOU pomazánkou A:1,3,4,6,9,10
Večeře:	Teplá – Těstoviny / rýže s omáčkou A: 1,3 (NUTNO OHŘÁT)

Středa

Snídaně:	Vaječná variace (míchaná/vařená/omeleta), chléb A:1,3,5,6,7,8
Dopolední svačina:	Pečený moučník A:1,3,4,7,9,10
Odpolední svačina:	Ovoce s krekry/čajovým pečivem A:1
Večeře:	Studená – tlačěnka / uzenina, ocet, chleba A:1,4,6,7,9

Čtvrtek

Snídaně:	Obložený chléb – šunka + sýr, zelenina A:1,3,6,7,8,10
Dopolední svačina:	Dezert (pudink, jogurt nebo kaše), ovoce A:1,3,6,7
Odpolední svačina:	Slaný koláč na plech A:1,3,4,6,7,9,10
Večeře:	Uzenina s chlebem A:1,3,6,7,8 (NUTNO OHŘÁT)

Pátek

Snídaně:	Sladký závin A:1,3,4,7,9,10
Dopolední svačina:	Chléb s rybí pomazánkou (losos/tuňák atd.) A:1,3,6,7,8
Odpolední svačina:	Ovoce s krekry/ čajovým pečivem
Večeře:	Sladká - Zemlbába/ nákyp/ ovocné knedlíky/ šišky A:1,3,10 (NUTNO OHŘÁT)

Sobota

Snídaně:	Chléb s pomazánkou, zelenina A:1,3,4,7,9,10
Dopolední svačina:	Jogurt/tvaroh, pečivo A:1,3,5,7,8
Odpolední svačina:	Variace zeleninového salátu, zálivka/dresink A:1,3,6,7,8
Večeře:	Polévka + chléb/pečivo A:1,3,7,9 (NUTNO OHŘÁT)

Neděle

Snídaně:

Koláč

A:1,3,5,6,7,8

Dopolední svačina:

Fresh sendvič

A:1,3,4,7,9,10

Odpolední svačina:

Ovocné pyré + piškoty

A:1

Večeře:

Těstovinový salát

A:1,3,4,7,9,10