

# Jídelníček od 6.1 do 10. 1. 2024

Pondělí	Chléb konzumní, pom. z tuňáka, čaj s citrónem, okurka (1,4,7) Pol. kulajda (1,3,7) Vepřové rizoto, salát z červené řepy s jablky, čaj ovocný (7) Rohlík sójový, pom. ze strouhaného sýra, čaj s citrónem, jablko (1,7)
Úterý	Chléb slunečnicový, pom. budapeštská, kakao, banán (1,7) Pol. z jarní zeleniny (1,7,9) Hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík, čaj ovocný (1,7) Bageta světlá, pom. masová, čaj ovocný, paprika (1,7)
Středa	Chléb konzumní, pom. zeleninová, bílá káva, jablko (1,3,7) Pol. z červené čočky (1,7,9) Zapečené těstoviny s brokolicí a sýrem, zelný salát, čaj ovocný (1,9) Houska, pom. rodinná, čaj ovocný, rajčátko (1,7)
Čtvrtek	Chléb gurmán, pom. vaječná, kakao, kedlubna (1,3,7,11) Pol. kmínová s vejcem (1,3,7,9) Pečené kuře, šťouchané brambory s cibulkou, kompot, čaj s citrónem (1,7) Ovocný jogurt s rohlíkem, čaj se sirupem, pomeranč (1,7)
Pátek	Chléb, pom. jarní, bílá káva, mandarinka (1,7) Pol. selská (1,7,9) Hrachová kaše, vař. vejce, kys. okurka, chléb, čaj s citrónem (1,3,7) Bageta, pom. šunková pěna, čaj se sirupem, ředkvička (1,7)

Změna jídelníčku a složení (alergeny) vyhrazena. Aktuální jídelníček [www.msktecha.cz](http://www.msktecha.cz) a u ved. ŠJ

## SEZNAM ALERGENŮ

- |                                 |                                  |                               |
|---------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|
| 1 – Obiloviny obsahující lepek  | 2 – Koryši                       | 3 – Vejce                     |
| 4 – Ryby                        | 5 – podzemnice olejná (arašídny) |                               |
| 6 – Sójové boby                 | 7 – Mléko                        | 8 – Skořápkové plody (ořechy) |
| 9 – Celer                       | 10 – Hořčice                     | 11 – sezamová semínka (sezam) |
| 12 – Oxid siřičitý a siřičitany | 13 Vlíčí bob (lupina)            | 14 - Měkkýši                  |

vedoucí ŠJ  
pí: Švepešová Olg