

JÍDELNÍ LÍSTEK OD 13.12. - 19.12.2021

Dat.	Den	Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
13.12.	pondělí	pom.sýrová (7) chléb (1,6,7)	ovoce	pol.zeleninová s kuskusem (1,9) kuřecí kari nudličky se sýrem a pórkem (1,3,7) těstoviny (1)	ovocný jogurt (7) rohlík (1,6)	zapečené těstoviny s brokolící (3,7) salát
10018kJ, 103gB, 93,2gT, 293,1gS		2309kJ, 17,8g B, 20,4gT 73,7g S	478kJ, 0,6gB, 0,8gT, 29,4gS	3264kJ, 41,5gB, 35,3gT, 89,2gS	1018kJ, 9,3gB, 2,9gT 44,5gS	24949kJ, 33,8gB, 33,8gT, 56,3gS
14.12.	úterý	pom.ředkvičková (7) rohlíky (1,6)	ovoce	pol.z vaječné jíšky (1,3,9) 1. br.šíšky s listovým špenátem uzená krkovička (1,3,7) 2. chili con carne, kaiserka (1,6,11)	cerea rohlík (1,6,11) másló (7) strouhaný sýr (7)	rybí paela po česku (1,7,14)
10312kJ, 84,9gB, 125,1gT, 248,6gS		1740kJ, 11,7g B, 21gT 44,9g S	358kJ, 0,6gB, 0,6gT, 20gS	1. 3802kJ, 38gB, 58,9gT, 55,7gS 2. 3656kJ, 42,8gB, 42gT, 77,2gS	1460kJ, 13,8gB, 18,5gT 31,3gS	2952kJ, 20,8gB, 26,1gT, 96,7gS
15.12.	středa	olejová buchta (1,3,7)	ovoce	pol.vývar s kuskusem (1,9) hovězí roštěnka na celeru (1,6,9) rýže	rohlík (1,6) žervé sýr (7)	1. chléb (1,6,7) pom.šunková pěna (7) 2. rohlíky (1,6) másló(7), vejce (3)
9981kJ, 76,1gB, 85,9gT, 319,7gS		2313kJ, 11gB, 14,5gT, 93,2gS	478kJ, 0,6gB, 0,8gT, 29,4gS	3490kJ, 35,7gB, 28,4gT, 99,9gS	731kJ, 5,1gB, 6,9gT 23,1gS	1. 2969kJ, 23,7gB, 35,3gT, 74,1gS 2. 2126kJ, 19,8gB, 27,6gT, 44,1gS
16.12.	čtvrtek	rohlíky (1,6) tavený sýr (7) zelenina	ovoce	pol.zelná s klobásou (1,9) 1. nudlový nákyp s tvarohem (1,3,7) 2. bulgurový salát s kuřecím masem (1,3,7)	cerea rohlík (1,6,11) pom.mrkvová (7)	vihorlatský řízek (7) brambory
9777kJ, 101,4gB 87,9gT, 295,9gS		1049kJ, 7,9gB, 1,5gT 51,9gS	478kJ, 0,6gB, 0,8gT, 29,4gS	1. 4969kJ, 48,9gB, 47,6gT, 156,2gS 2. 4606kJ, 48,8gB, 44,3gT, 123gS	1386kJ, 8,4gB, 18,7gT 31,1gS	1888kJ, 35,6gB, 19,3gT, 27,3gS
17.12.	pátek	pom.sardinková (3,4) chléb (1,6,7)	ovoce	pol.jarní (1,3,9) aténská jehla (1) brambory, salát	termix (7) rohlík (1,6)	špagety se zeleninou (1,7)
9229kJ, 87,2gB 75,7gT, 289,4gS		2661kJ, 18,8gB, 29gT, 77,4gS	478kJ, 0,6gB, 0,8gT, 29,4gS	3037kJ, 40gB, 30,4gT, 66,1gS	947kJ, 9,7gB, 4,2gT 35,5gS	2106kJ, 18,1gB, 11,3gT, 81gS
18.12.	sobota	pom.s jarní cibulkou (7) selský rohlík (1,6,11)	ovoce	pol.vločková (1,3,9) kuřecí roláda (1) rýže	loupáček (1,3,7)	1. chléb (1,6,7) pom.mozaiková (3,7) 2. rohlíky (1,6) jemné párky(1), hořčice (10)
9888kJ, 84,4gB, 93,3gT, 298,8g S		2273kJ, 19,3gB, 22,9gT, 62,2gS	478kJ, 0,6gB, 0,8gT, 29,4gS	3451kJ, 30,3gB, 35,9gT, 97gS	1059kJ, 7,1gB, 2,7gT 50,1gS	1. 3221kJ 21,8gB, 42,9gT, 73,8gS 2. 2033kJ, 32,4gB, 19gT, 46,4gS
19.12	neděle	plněný šáteček (1,3,7)	ovoce	pol.pórková (1,3,7,9) řáholecká kotleta (1,3,7,10) brambory, salát	kaiserka (1,6,11) pom.másló (7)	1. chléb (1,6,7) sýrová roláda (7) 2. rohlíky (1,6) másló(7), šunka
10996kJ, 78,4gB 136,1gT, 258,3g S		1688kJ, 6gB, 13,8gT, 63,8gS	358kJ, 0,6gB, 0,6gT, 20gS	3956kJ, 39,2gB, 53,8gT, 63,2gS	1323kJ, 8,1gB, 16,3gT 32,3gS	1. 3671kJ, 24,5gB, 51,6gT, 79gS 2. 2373kJ, 19,6gB, 38gT, 44,1gS

Sestavil:

Změna jídelního lístku vyhrazena

schválil:

Centrum sociálních služeb,
příspěvková organizace
Sejkorova 2723/6, 636 00 Brno
IČ: 70887039