

**JÍDELNÍ LÍSTEK OD 23.11. - 29.11. 2020**

Dat.	Den	Snídaně	Přesnídávka	Oběd	Svačina	Večeře
23.11.	pondělí	pom.sýrová s pažitkou (7) chléb (1,6,7)	ovoce	pol.zeleninová s pohankou (1,9) zapečené těstoviny po Lotrínsku (1,7) okurek	ovocný jogurt (7) rohlík (1,6)	dušený špenát (1,3,7) brambory vejce (3)
<b>9227kJ, 87,6gB, 74,8gT, 305,1gS</b>		2311kJ, 17,8g B, 20,4gT 73,8g S	478kJ, 0,6gB, 0,8gT, 29,4gS	3541kJ, 40,9gB, 32,3gT, 113,5gS	1018kJ, 9,3gB, 2,9gT 44,5gS	1879kJ, 19gB, 18,4gT, 43,9gS
24.11.	úterý	pribináček (7) rohlíky (1,6)	ovoce	pol.hrstková (1,9) 1. filé na kmíně (1,4) bramborová kaše (7), salát 2. celerový salát s tuňákem, rajčaty a kusksuem (1,3,7,9)	cerea rohlík (1,6,11) výživa	kuřecí čína (6) rýže
<b>9829kJ, 106gB, 67,7gT, 318,7gS</b>		1717kJ, 12,6g B, 14,8gT 57,4g S	360kJ, 1,4gB, 0,5gT, 15,9gS	1. 3673kJ, 53,1gB, 32,2gT, 86,6gS 2. 3901kJ, 29,7gB, 46gT, 99,9gS	1463kJ, 7gB, 3,7gT 71,9gS	2616kJ, 31,9gB, 16,5gT, 86,9gS
25.11.	středa	perníková buchta (1,3,7)	ovoce	pol.vývar s drobením (1,3,9) plněná paprika (1,3,6,7) rajská omáčka (1,9) houskový knedlík (1)	kaiserka (1,6,11) tavený sýr (7)	1. rohlíky (1,6) zavináče (1) 2. pom.bramborová (7,10) chléb (1,6,7)
<b>11250kJ, 108,4gB, 96,2gT, 339gS</b>		2474kJ, 11,3gB, 25gT, 79,6gS	360kJ, 1,4gB, 0,5gT, 15,9gS	5363kJ, 51,8gB, 43,4gT, 168,7gS	1167kJ, 11,8gB, 11,2gT 30,8gS	1. 1886kJ, 32,1gB, 16,1gT, 44gS 2. 2396kJ, 18gB, 18gT, 81,5gS
26.11.	čtvrtek	rohlíky (1,6) máslu (7) šunka	ovoce	pol.vločková (1,3,9) 1. kuřecí steak Zlatý strom (7) brambory, salát 2. česnekový kuskus s pórkem a žampiony (1,6,7)	selský rohlík (1,6,7) ovocný jogurt (7)	sojové maso na zelenině (6) rýže
<b>9095kJ,102,5gB 63,4gT, 292,9gS</b>		1493kJ, 16,6gB, 13,1gT 44gS	478kJ, 0,6gB, 0,8gT, 29,4gS	1. 2885 kJ, 35,4gB, 26,9gT, 70,2gS 2. 4244kJ, 40,8gB, 34,6gT, 135,1gS	1292kJ, 11,9gB, 4,9gT 52,5gS	2947kJ, 38gB, 17,7gT, 96,8gS
27.11.	pátek	pom.mozaiková (3,7) chléb (1,6,7)	ovoce	pol.krpicová (1,9) makaróny se sýrovou omáčkou a žampiony (1,7)	rohlík (1,6) pom.máslu (7) pažitka	maso dvou barev (6) rýže
<b>9758kJ, 76,1gB 86,5gT, 310,5gS</b>		2400kJ, 17,6gB, 22,9gT, 73,5gS	360kJ, 1,4gB, 0,5gT, 15,9gS	3354kJ, 24,3gB, 30,3gT, 111,9gS	904kJ, 4,6gB, 11,1gT 24,1gS	2740kJ, 28,2gB, 21,7gT, 85,1gS
28.11.	sobota	pom.sýrová (7) rohlíky (1,6)	ovoce	pol.jaňní (1,9) štěpánská pečeně (1,3) rýže	kaiserka (1,6,11) tvarohový krém (7)	1. chléb (1,6,7) pom.rozhuda (7) 2. rohlíky (1,6), máslu (7) plátkový sýr (7)
<b>10758kJ, 83,9gB, 118,5gT, 289g S</b>		1712kJ, 13,1gB, 19,8gT, 44,5gS	358kJ, 0,6gB, 0,6gT, 20gS	3811kJ, 35,8gB, 39,1gT, 101,4gS	1516kJ, 13,8gB, 14,8gT 41,7gS	1. 3361kJ 20,6gB, 44,2gT, 81,4gS 2. 2573kJ, 37,1gB, 30,6gT, 45,5gS
29.11.	neděle	makový závin (1,3,7)	ovoce	pol.čočková (1,9) gratinovaný plátek (1,3,7) brambory salát	rohlík (1,6) máslu (7) strouhaný sýr (7)	1. chléb (1,6,7) pom.sýrová s cibulkou (7) 2. rohlíky (1,6) pažitka (1), ředkvička
<b>10670kJ, 88,2gB, 103,8gT, 304,5g S</b>		1743kJ, 12,9gB, 6,8gT, 73,8gS	478kJ, 0,6gB, 0,8gT, 29,4gS	4179kJ, 39,6gB, 41,7gT, 103,3gS	1133kJ, 10,8gB, 15,6gT 22,8gS	1. 3137kJ, 24,3gB, 38,9gT, 75,2gS 2. 1897kJ, 26,2gB, 17,3gT, 46,9gS

Sestavil:

Změna jídelního lístku vyhrazena

schválil:

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