

30. ledna - 3. února 2012

Pondělí	
Snídaně	Chléb s máslem 2 ks, vařené vejce, ředkvičky, čaj s citrónem
Oběd	Polévka hovězí s játrovou rýží
	1. Přírodní kuřecí prsa, vařené brambory, šopský salát, čaj s citrónem
	2. Vločkový karbanátek, brambory s máslem, kompot z hroznového vína, čaj citrónem
Večeře	Milánské špagety se sýrem, čaj s citrónem, čokoláda
Úterý	
Snídaně	Dalamánek 2 ks, pomazánka ze strouhaného sýra, ovocný čaj
Oběd	Polévka rychlá s vejci
	1. Bramborový knedlík plněný uzeninou, dušené kysané zelí, džus
	2. Makový závin /domácí výroba/, kakao, džus
Večeře	Mexický guláš, dušená rýže, ovocný čaj, jahodová přesnídávka
Středa	
Snídaně	Tvarohový šáteček 2 ks, mléko, čaj se sirupem, jablko
Oběd	Polévka houbová s bramborem
	Zbojnický skřivan (<i>závitek z hovězího masa</i>), bramborová kaše, okurkový salát, čaj se
	1. sirupem
	2. ---
Večeře	Kuřecí pochoutka (<i>zapečené maso se šlehačkou</i>), opékané brambory, zeleninová obloha, čaj se sirupem
Čtvrtek	
Snídaně	Chléb 3 ks, sardinková pomazánka, čaj se sirupem
Oběd	Polévka česneková s opečeným chlebem
	1. Vepřová kýta na paprice, dušená rýže, čaj se sirupem, ovoce
	2. ---
Večeře	---
Pátek	
Snídaně	---
Oběd	Polévka ---
	1. Pololetní prázdniny
	2. ---
Večeře	---

Změna jídelníčku vyhrazena. Odhlášky na jidelna@sportgym-ostrava.cz
(vždy do 10 hodin pro následující den)

Vytvořila: A. Segečová s kolektivem, zpracovala: I. Paláčková, vedoucí ŠJ