# Svačinky POHÁDKA

| Den | Dopolední svačina | Odpolední svačina |
|---|---|---|
| **Pondělí 26.10.2026** | rýžová kaše s jahodami slazená medem<br>A: 07 | zapečené tousty se sýrem, čerstvá zelenina<br>A: 01, 01a, 01b, 07 |
| **Úterý 27.10.2026** | pomazánka z červené čočky a dušené mrkve, celozrný rohlík, čerstvá zelenina<br>A: 01, 01a, 01b, 07 | bílý jogurt, čerstvé ovoce, piškoty<br>A: 01, 01a, 07 |
| **Středa 28.10.2026** | Státní svátek | |
| **Čtvrtek 29.10.2026** | rybí pomazánka, žitný chléb, čerstvá zelenina<br>A: 01, 01a, 01b, 04, 07 | čerstvý smetanový sýr, žitný chléb, strouhaná mrkev, slunečnicová semínka<br>A: 01, 01a, 01b, 07 |
| **Pátek 30.10.2026** | dušená šunka, máslo, žitný chléb, čerstvá zelenina<br>A:01, 01a, 01b, 07 | ovocný salát s pomerančovou šťávou, cereálie, piškoty<br>A: |

*Jídlo je určeno k okamžité spotřebě! Změna jídelníčku vyhrazena.*

**Po celý den:**
*** BIO**

**BIO -** rýžové, kukuřičné, špaldové, a pohankové křehké plátky, lupínky, sušené ovoce, ořechy.

Waldorfská základní škola a mateřská škola
Wlaštovka Karlovy Vary o.p.s.

