

Milí rodičové a příznivci moderního stravování, představujeme Vám novou kuchařku nejen pro mateřské školy:

Přesnídávky, obědy a svačinky

Receptury pro mateřské školy

Byli jsme osloveni portálem Jidelny.cz, jako vybraná škola, která se zabývá zdravým stravováním, pro spolupráci na této knize. Naše školní jídelna ráda přispěla 13-ti novými recepty, které jsou malými strážníky oblíbeny a jsou běžně zařazovány do jídelního lístku.

267 nových, v praxi odzkoušených receptů pro celodenní stravování dětí v MŠ, z toho téměř **50 přesnídávek a svačtin**. Recepty pocházejí z cca 25-ti jídelen MŠ a ZŠ. Všechny recepty prošly přísnou revizí nutriční terapeutky a byly upraveny **pro potřeby stravování 2letých dětí**. S využitím receptáře a dalších běžných příloh, nápojů a pečiva je možno sestavit 2 měsíční jídelní lístky. Použití receptáře se neomezuje jen na mateřské školy a základní školy, ale může být i pomocníkem pro rodiče dětí.

Malá ukázka pokrmů:

Svačinky:

- Jáhlová pomazánka s tofu
- Pomazánka cuketová s vejci
- Pomazánka tvarohová s červenou řepou

Polévky:

- Kukuřičná polévka s kuřecím masem
- Polévka italská cizrnová

Hlavní chod:

- Kuřecí závitky plněný špenátem a mozarellou
- Masové kuličky s jablky a pohankou
- Penne s kuřecím masem a bazalkovým pestem

Omáčka:

- Dýňová omáčka s parmazánem

Moučník:

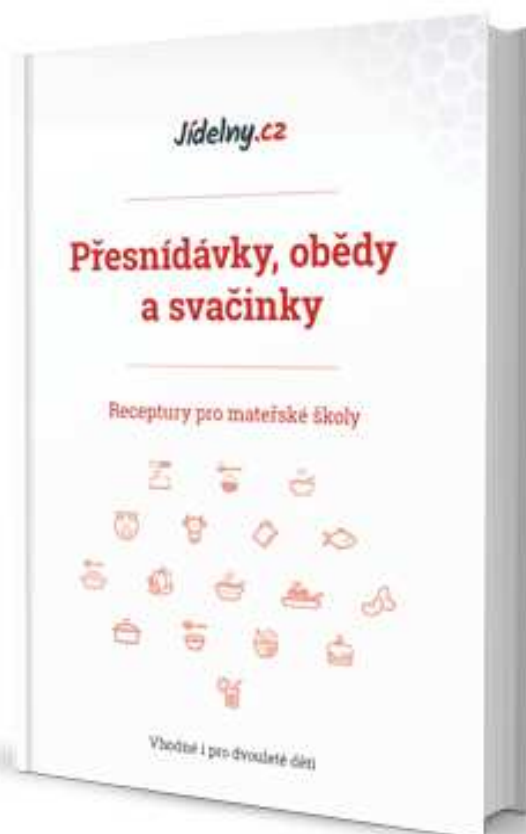
- Jahelník se švestkami

Salát:

- Ovocný salát se zakysanou smetanou

Nápoj:

- Jablečno-medový nápoj



Více na www.jidelny.cz v sekci E-shop