

## JAK NA TÁBOŘE JÍME

Jíme pětkrát denně – snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře. Když se program protáhne a děti mají hlad, dostanou menší druhou večeři.

## PŘÍKLAD JÍDELNÍČKU NA TŘI DNY

### I.

snídaně	vánočka, kakao
svačina	kedlubna, chléb s máslem
oběd	kuře na paprice, rýže
svačina	ovocný jogurt, rohlík
večeře	rizoto

### II.

snídaně	chléb s máslem a medem, čaj
svačina	jablko, rohlík
oběd	smažený květák s bramborem
svačina	domácí perník
večeře	bramborová polévka

### III.

snídaně	chléb se sýrovou pomazánkou, čaj
svačina	meloun
oběd	krupicová kaše
svačina	chléb s máslem, rajče
večeře	zapečené těstoviny s uzeným masem

Celou dobu je dětem k dispozici termos se šťávou nebo voda, v chladnějších dnech teplý čaj.

