

Jídelníček

od 19.01.2026 do 23.01.2026

Pondělí 19.1.2026

- Přesnídávka** mléčný nápoj, pomazánka z pórku, sýru Almette a chia semínek, slunečnicový chléb, ovoce (A: 01,01a,01b,01c,01d,06,07,11)
- Polévka** zeleninová s pětizrnnými vločkami (A: 01,01a,01b,01c,01d,01e,09)
- Oběd** Krakonošovy krutí kostky (žampiony, vejce, kysaná smetana a hořčice), jasmínová rýže s čírokem bílým, voda s ovocem (A: 01,01a,07)
- Svačina** čaj švestkový se skořicí, pomazánka z řeřichy, fenyklu, bílé quiny a zákysu, chléb, zelenina (A: 01,01a,01b,07)

Úterý 20.1.2026

- Přesnídávka** mléčný nápoj, pomazánka z Aljašské tresky, citronové šťávy, Lučiny, červené cibule a čerstvých výhonků ředkviček, veka, ovoce (A: 01,01a,01b,01c,04,07)
- Polévka** z míchaných luštěnin se zeleninou a pohankou (A: 09)
- Oběd** roláda z vepřového masa s medvědí česnekem, bramborová kaše s celerem, zeleninová obloha, čaj pomerančový s gingo (A: 07)
- Svačina** čaj, pomazánka z tvarohu, bryndzy, kapie, sezamové pasty a libečku, chléb, zelenina (A: 01,01a,01b,07)

Středa 21.1.2026

- Přesnídávka** mléčný nápoj, pomazánka z granátového jablka, sýru z ovčího mléka, zázvoru a rucoly, celozrnná houska, ovoce (A: 01,01a,01b,01c,07)
- Polévka** z vaječné jíšky se zeleninou a lahůdkovým droždím (A: 01,01a,09)
- Oběd** kuřecí maso, omáčka z kořenové zeleniny, červené řepy a kokosového mléka, semolinové těstoviny, voda s citronem (A: 01,01a,09)
- Svačina** čaj ostružinový s aloe, batátová pomazánka s lahůdkovou cibulkou, žervé, řeckým jogurtem a limetkovou šťávou, sýrový chléb Knuspi, zelenina (A: 01,01a,01b,07)

Čtvrtek 22.1.2026

- Přesnídávka** mléčný nápoj, vánočka s arašídovým posypem, ovoce (A: 01,01a,03,05,06,07)
- Polévka** dýňová s cuketou a písmenky (A: 01,01a)
- Oběd** kaše z červené čočky s jáhly, chléb, sterilované okurky, čaj multivitaminový (A: 01,01a,01b,10)
- Svačina** čaj, pomazánka z topinamburů, Goudy, tvarohu a pažitky, chléb, zelenina (A: 01,01a,01b,07)

Pátek 23.1.2026

- Přesnídávka** mléčný nápoj, pomazánka z ajvaru, Veselé krávy, bílé cibule a řeřichy, chléb, ovoce (A: 01,01a,01b,07)
- Polévka** bramborová se zeleninou a houbami (A: 01,01a,09)
- Oběd** rýžový nákyp s meruňkami, čaj hruškový (A: 03,07)
- Svačina** čaj, pomazánka z černé cizrny, sýru Čedar, sušené mrkve, bílého jogurtu a petrželky, veka, zelenina (A: 01,01a,01b,01c,07)

Jídlo **obsahuje alergeny**. Jejich čísla jsou uvedena v závorce za názvem jídla.

Seznam alergenů:	01	Obiloviny obsahující lepek	04	Ryby
	01a	Obiloviny - pšenice	05	Arašídy (podzemnice olejná)
	01b	Obiloviny - žito	06	Sójové boby (sója)
	01c	Obiloviny - ječmen	07	Mléko
	01d	Obiloviny - oves	09	Celer
	01e	Obiloviny - špalda	10	Hořčice
	03	Vejce	11	Sezamová semena

Jídelní lístek sestavil: vedoucí školní jídelny - Štossová Miroslava
kuchařky - Kašíková Jana, Trajová Věra

Pitný režim pro děti je umožněn po celý den.

Změna jídelníčku možná. Strava je určena k okamžité spotřebě.

Pokud je v průběhu dne podáván mléčný nápoj, jsou současně k dispozici i tyto nápoje: ovocný čaj neslazený, voda neslazená s plátky citronů a pomerančů.

