

Jídelníček

od 09.03.2026 do 13.03.2026

Pondělí 9.3.2026

- Přesnídávka** mléko, pomazánka z avokáda, Lučiny, řeřichy a řeckého jogurtu, slunečnicový chléb, ovoce (A: 01,01a,01b,01c,06,07,11)
- Polévka** zeleninová s krupkami (A: 01,01c,09)
- Oběd** zapečené tříbarevné semolinové těstoviny s míchanou zeleninou a Tofu, zeleninová obloha, voda s citrony (A: 01,01a,03,06,07)
- Svačina** čaj malinový, pomazánka ze sýru Cottage, čerstvého květáku, jarní cibulky a piniových oříšků, chléb, zelenina (A: 01,01a,01b,07)

Úterý 10.3.2026

- Přesnídávka** kakao, tvarohová pomazánka s mrkví, rozinkami a citronovou šťávou, grahamový rohlík, ovoce (A: 01,01a,01b,01c,06,07)
- Polévka** brokolicev s perlovým kuskusem (A: 01,01a)
- Oběd** vepřová panenka, okurková omáčka s mrkví a smetanou, jasmínová rýže s čirokém plým, čaj černý rybíz (A: 01,01a,07)
- Svačina** čaj, rybí pomazánka s Ricottou, bílou cibulí a řeřichou, chléb, zelenina (A: 01,01a,01b,07)

Středa 11.3.2026

- Přesnídávka** bílá káva, pomazánka z žervé, avokáda, kopru a chia semínek, veka, ovoce (A: 01,01a,01c,07)
- Polévka** mrkvová se zeleninou a těstovinou (A: 01,01a,09)
- Oběd** Tilápie na másle a bylinkách, brambory s pažitkou, salátové okurky, čaj pomerančový s gingo (A: 04,07)
- Svačina** čaj, pomazánka ze sýru Kiri a bryndzy, celeru a čerstvých klíčků čínské ředkvičky, chléb, zelenina (A: 01,01a,01b,07)

Čtvrtek 12.3.2026

- Přesnídávka** mléko, pomazánka z oštiepoku, červené cibule, Lučiny a kysané smetany, chléb, ovoce (A: 01,01a,01b,07)
- Polévka** pórková s jáhly
- Oběd** kuřecí maso na kurkumě, kořenové zelenině a halali, semolinové a celozrnné těstoviny, voda s ovocem (A: 01,01a,01b,01e,09)
- Svačina** čaj lesní směs se smetanou, pomazánka z fazolí Adzuki, pasty Tahini, rozmarýnu a sýru Rondellé, sýrový plátek Knuspi, zelenina (A: 01,01a,01b,07,11)

Pátek 13.3.2026

- Přesnídávka** mléko, pomazánka z merlíku chilského, pečené cukety, sýru Eidam a dýňových semínek, chléb, ovoce (A: 01,01a,01b,07)
- Polévka** čočková se zeleninou a lahůdkovým droždím (A: 09)
- Oběd** krutý plátek na paprikách trikolora, brambory, čaj ranní potěšení (A: 01,01a)
- Svačina** čaj, pomazánka ze sýru Apetito, vlašských ořechů, česneku a petrželky, veka, zelenina (A: 01,01a,01c,07)

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

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

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.

