JÍDELNÍČEK

od 19.10.2026 do 23.10.2026

Pondělí 19.10.2026

Přesnídávka mléko, pomazánka ze sýru Smetanito s pažitkou, chléb, ovoce, čaj dobré ráno (A: 01,01a,01b,07)
Polévka rajská polévka s těstovinovou rýží (A: 01,01a,09)
Oběd tvarohové knedlíky s meruňkami, sypané kakaem a přelité máslem, voda s mangem (A: 01,01a,03,07)
Svačina pomazánka ze sýru Gerveis a ředkviček, chléb Knuspi, zelenina, bylinkový čaj (A: 01,01a,07)

Úterý 20.10.2026

Přesnídávka kakao, domácí drožďová pomazánka, selský rohlík, ovoce, jahodový čaj (A: 01,01a,01b,01c,01d,07,11)
Polévka zeleninová s játrovou rýží (A: 01,01a,03,09)
Oběd štavnaté vepřové maso v jemné omáčce s kousky křupavých okurek, rýže s bulgurem, voda s citronem (A: 01,01a)
Svačina domácí pomazánka z pečeného masa, řeřichové výhonky, veka, zelenina, rakytníkový čaj (A: 01,01a,01c,07,10)

Středa 21.10.2026

Přesnídávka mléko ochucené vanilkovým luskem, pomazánka z lučiny a sýra Kiri, chléb, ovoce, lípový čaj (A: 01,01a,01b,07)
Polévka polévka se slzovkou obecnou (A: 01,01g,09)
Oběd pečené kuřecí stehno, bramborovo-batátová kaše, červená řepa, voda s pomerančem (A: 07)
Svačina pomazánka z filé, veka, zelenina, čaj tropik (A: 01,01a,01c,07,10)

Čtvrtek 22.10.2026

Přesnídávka bílá káva z Melty, sýr Smetanito s pažitkou, salátová okurka, toustový chléb, ovoce, čaj jablko se skořicí (A: 01,01a,01b)
Polévka zeleninová s červenou a černou čočkou (A: 09)
Oběd semolinové těstoviny v jemné špenátové omáčce, voda s citronem (A: 01,01a,07)
Svačina bílý jogurt s chia semínky a jahodovým rozvarem, ovoce, hruškový čaj (A: 07)

Pátek 23.10.2026

Přesnídávka mléko, pomazánka z Lučiny a uzeného sýra, rohlík, zelenina, borůvkový čaj (A: 01,01a,07)
Polévka hrášková s opraženými krutony (A: 01,01a,01c,07)
Oběd pečené rybí filé na másle a kmíně, šťouchané brambory s petrželkou, voda s mangem (A: 04,07)
Svačina slunečnicový chléb, pomazánka ze sýru cottage s čerstvou karotkou, zelenina, čaj s jahodami (A: 01,01a,01b,01c,01d,07,11)

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

Seznam alergenů:

01	Obiloviny obsahující lepek	03	Vejce
01a	Obiloviny - pšenice	04	Ryby
01b	Obiloviny - žito	07	Mléko
01c	Obiloviny - ječmen	09	Celer
01d	Obiloviny - oves	10	Hořčice
01g	Obiloviny - hybridní odrůdy	11	Sezamová semena

Jídelní lístek sestavil: vedoucí školní jídelny - Košlerová Petra
kuchařky - Illiková Lucie, 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.

Strava·cz