



# Jídelníček

06.01.2025 - 10.01.2025

## Pondělí

*Ranní ovoce:* jablko  
*Přesnídávka:* tmavý rohlík, bylinková pomazánka, bikava, ovoce (01a,01b,7)  
*Polévka:* selská II (01a,9)  
***Hlavní chod:* vepřové maso na kmíně, těstoviny, kompot (01a,3,7)**  
*Svačina:* chléb, cizrnová pomazánka, okurek, čaj (01a,01b,01c,7)

## Úterý

*Ranní ovoce:* hrozny  
*Přesnídávka:* veka, máslo, strouhaná mrkev, mléko, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* hrstková (01a,9)  
***Hlavní chod:* koblihy s marmeládou a tvarohem, mléčný koktejl, jablko (01a,3,7,12)**  
*Svačina:* rohlík, zeleninová pomazánka, paprika, čaj (01a,7,9)

## Středa

*Ranní ovoce:* mandarinka  
*Přesnídávka:* toust. chléb, pažitková pomazánka, ochucené mléko, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* kmínová s kapáním (01a,3,9)  
***Hlavní chod:* kuře po zahradnicku, rýže, salát z činsk.zelí s jablky a mrkví (01a,9)**  
*Svačina:* chléb cibulový, rybičková pomazánka, mrkev, čaj (01a,01b,01c,4,7)

## Čtvrtek

*Ranní ovoce:* banán  
*Přesnídávka:* rohlík, pomazánka z lučiny, mléko, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* cibulová se sýrem (01a,7,9)  
***Hlavní chod:* koprová omáčka, vařené vejce, vař. brambory (01a,3,7)**  
*Svačina:* chléb dýňový, budapešť. krém, paprika, čaj (01a,01b,01c,7)

## Pátek

*Ranní ovoce:* kiwi  
*Přesnídávka:* čokoládové polštářky s mlékem, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* ze zeleného hrášku (01a,9)  
***Hlavní chod:* boloňské špagety se sýrem, ovocný nápoj (01a,3,7)**  
*Svačina:* dalamánek, česnekosýrová pomaz., rajče, čaj (01a,01b,01c,7)

**Změna jídelníčku vyhrazena. Dobrou chuť!**

Kateřina Tomášková - vedoucí školní jídelny

1. OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK	2. KORÝŠI	9. CELER
01a - pšenice	3. VEJCE	10. HOŘČICE
01b - žito	4. RYBY	11. SEZAMOVÁ SEMENA
01c - ječmen	5. JÁDRA PODZEMNICE OLEJNÉ	12. OXID SÍŘIČITÝ A SÍŘIČITANY
01d - oves	6. SOJOVÉ BOBY	13. VLČÍ BOB
01e - špalda	7. MLÉKO	14. MÉKKÝŠTIA VÝROBKY Z NICH
01f - kamut	8. SKORÁPKOVÉ PLODY	
01g - hybridní odrůdy a výrobky z nich		



# Jídelníček

13.01.2025 - 17.01.2025

## Pondělí

*Ranní ovoce:* pomeranč  
*Přesnídávka:* rohlík, ředkvičková pomazánka, mléko, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* bramborová (01a,9)  
***Hlavní chod:* pečená kuřecí stehna, rýže+kuskus, mošt (01a)**  
*Svačina:* chléb, lahůdková pomazánka, mrkev, čaj (01a,01b,01c,7)

## Úterý

*Ranní ovoce:* jablka  
*Přesnídávka:* chléb dýňový, máslo, plátek šunky, mléko, ovoce (01a,01b,01c,7)  
*Polévka:* z červené čočky (01a,9)  
***Hlavní chod:* vepřový plátek, peč. brambory, ledový salát (01a)**  
*Svačina:* tmavý rohlík, pohanková pomazánka, kedlubna, čaj (01a,01b,7)

## středa

*Ranní ovoce:* blumy  
*Přesnídávka:* bílý jogurt s jablíčky, ochucené mléko, ovoce (7)  
*Polévka:* pórková s oves. vločkami (01a,01d,7,9)  
***Hlavní chod:* šunkofleky, šopský salát (01a,3,7)**  
*Svačina:* chléb, pomazánka z jarní cibulky, rajče, čaj (01a,01b,01c,7)

## čtvrtek

*Ranní ovoce:* banán  
*Přesnídávka:* chléb, máslo, vejce, mléko, ovoce (01a,01b,01c,3,7)  
*Polévka:* hovězí vývar s játrovými nočky (01a,3,9)  
***Hlavní chod:* hovězí pečeně na houbách, houskový knedlík, sirup (01a,3,7,12)**  
*Svačina:* rohlík, čočková pomazánka, paprika, čaj (01a,7)

## pátek

*Ranní ovoce:* hrozny  
*Přesnídávka:* krupičná kaše s máslem a kakaem, mléko, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* brokolicevá krémová (01a,7,9)  
***Hlavní chod:* rybí filé na česneku a bylinkách, šťouch. brambory, zelenin. salát (01a,4)**  
*Svačina:* chléb podmáslový, máslo, strouhaný eidam, okurek, čaj (01a,01b,01c,7)

**Změna jídelníčku vyhrazena. Dobrou chuť!**

Kateřina Tomášková - vedoucí školní jídelny

1. OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK	2. KORÝŠI	9. CELER
01a - pšenice	3. VEJCE	10. HOŘČICE
01b - žito	4. RYBY	11. SEZAMOVÁ SEMENA
01c - ječmen	5. JÁDRA PODZEMNICE OLEJNÉ	12. OXID SÍŘIČITÝ A SÍŘIČITANY
01d - oves	6. SOJOVÉ BOBY	13. VLČÍ BOB
01e - špalda	7. MLÉKO	14. MĚKKÝŠI A VÝROBKY Z NICH
01f - kamut	8. SKOŘÁPKOVÉ PLODY	
01g - hybridní odrůdy a výrobky z nich		



# Jídelníček

20.01.2025 - 24.01.2025

## Pondělí

*Ranní ovoce:* jablka  
*Přesnídávka:* rohlík, máslo, marmeláda, vitakáva, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* zelňačka (01a,9)  
***Hlavní chod:* krutí kung pao, hrášková rýže, džus (01a,3)**  
*Svačina:* raženka, fazolová pomazánka, kedlubna, čaj (01a,01b,7)

## Úterý

*Ranní ovoce:* mandarinka  
*Přesnídávka:* chléb dýňový, drožďová pomazánka, mléko, ovoce (01a,01b,01c,3,7,12)  
*Polévka:* luštěninová (01a,9)  
***Hlavní chod:* zeleninové karbenátky, vař. brambory, dressing, zelenin. obloha (01a,01b,3,7)**  
*Svačina:* rohlík, máslo, plátek eidamu, paprika, čaj (01a,7)

## Středa

*Ranní ovoce:* hrušky  
*Přesnídávka:* pudink s piškoty, mléko, ovoce (01a,3,7)  
*Polévka:* květáková (01a,9)  
***Hlavní chod:* králíčí stehno na zelenině, bulgur, kompot(01a,9)**  
*Svačina:* dalamánek, tuňáková pomazánka, rajče, čaj (01a,01b,7)

## Čtvrtek

*Ranní ovoce:* kaki  
*Přesnídávka:* tmavý rohlík, pomazán.máslo s pažitkou, ochucené mléko, ovoce (01a,01b,7)  
*Polévka:* zeleninová s drožďovým kapáním (01a,3,9,12)  
***Hlavní chod:* čočka na kyselo, vař.vejce, chléb, steril. okurek, oplatek (01a,01b,01c,3)**  
*Svačina:* chléb, vitamín. pomazánka, ředkvičky, čaj (01a,01b,01c,4,7)

## Pátek

*Ranní ovoce:* banán  
*Přesnídávka:* rohlík, šunková pomazánka, mléko, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* kuřecí vývar s nudlemi (01a,3,9)  
***Hlavní chod:* čevabčiči, brambor. kaše, okurkový salát (01a,3,7)**  
*Svačina:* chléb podmáslový, špenátová pomazánka, mrkev, čaj (01a,01b,01c,3,7)

**Změna jídelníčku vyhrazena. Dobrou chuť!**

Kateřina Tomášková - vedoucí školní jídelny

1. OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK	2. KORÝŠI	9. CELER
01a - pšenice	3. VEJCE	10. HOŘČICE
01b - žito	4. RYBY	11. SEZAMOVÁ SEMENA
01c - ječmen	5. JÁDRA PODZEMNICE OLEINÉ	12. OXID SIŘIČITÝ A SIŘIČITANY
01d - oves	6. SOJOVÉ BOBY	13. VLČÍ BOB
01e - špalda	7. MLÉKO	14. MĚKKÝŠI A VÝROBKY Z NICH
01f - kamut	8. SKOŘÁPKOVÉ PLODY	
01g - hybridní odrůdy a výrobky z nich		



# Jídelníček

27.01.2025 - 31.01.2025

## Pondělí

*Ranní ovoce:* hrozny  
*Přesnídávka:* ovesná kaše s máslem a skořicí, mléko, ovoce (01d,7)  
*Polévka:* masový krém (01a,9)  
***Hlavní chod:* mexický guláš, těstoviny, mošt (01a)**  
*Svačina:* tmavý rohlík, pomazánka z červené řepy, okurek, čaj (01a,01b,7)

## čtvrtek

*Ranní ovoce:* blumy  
*Přesnídávka:* rohlík, ovocná přesnídávka, bikava, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* z jarní zeleniny (01a,9)  
***Hlavní chod:* rybí filé v těstíčku, brambor. kaše, rajčatový salát (01a,3,4,7)**  
*Svačina:* chléb dýňový, kedlubnová pomazánka, mrkev, čaj (01a,01b,01c,7)

## Středa

*Ranní ovoce:* jablka  
*Přesnídávka:* toust. chléb, hanácká pomazánka, mléko, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* fazolová (01a,9)  
***Hlavní chod:* rizoto s kuřecím masem a sýrem, kys. okurek (01a,7)**  
*Svačina:* obložený chléb s máslem a zeleninou (kedlubna, paprika), čaj (01a,01b,01c,7)

## Čtvrtek

*Ranní ovoce:* kiwi  
*Přesnídávka:* veka, vajíčková pomazánka, kakao, ovoce (01a,3,7)  
*Polévka:* špenátová (01a,3,7,9)  
***Hlavní chod:* žemlovka s jablky a tvarohem, ochucené mléko, hruška (01a,3,7)**  
*Svačina:* žitánek, pórková pomazánka, ředkičky, čaj (01a,01b,7)

## Pátek

*Ranní ovoce:* pomeranč  
*Přesnídávka:* párek v rohlíku, mléko, ovoce (01a,7)  
*Polévka:* ragú s rýží (01a,7,9)  
***Hlavní chod:* křenová omáčka, vepřový plátek, houskový knedlík, sirup (01a,3,7,12)**  
*Svačina:* chléb, avokádová pomazánka, rajče, čaj (01a,01b,01c,3,7,10)

**Změna jídelníčku vyhrazena. Dobrou chuť!**

Kateřina Tomášková - vedoucí školní jídelny

1. OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK

01a - pšenice

01b - žito

01c - ječmen

01d - oves

01e - špalda

01f - kamut

01g - hybridní odrůdy a výrobky z nich

2. KORÝŠI

3. VEJCE

4. RYBY

5. JÁDRA PODZEMNICE OLEJNÉ

6. SOJOVÉ BOBY

7. MLÉKO

8. SKOŘÁPKOVÉ PLODY

9. CELER

10. HOŘČICE

11. SEZAMOVÁ SEMENA

12. OXID SIŘIČITÝ A SIŘIČITANY

13. VĹČÍ BOB

14. MĚKKÝŠI A VÝROBKY Z NICH



# Jídelníček

## Pondělí

Ranní ovoce:

Přesnídávka:

Polévka:

**Hlavní chod:**

Svačina:

## Úterý

Ranní ovoce:

Přesnídávka:

Polévka:

**Hlavní chod:**

Svačina:

## Středa

Ranní ovoce:

Přesnídávka:

Polévka:

**Hlavní chod:**

Svačina:

## Čtvrtek

Ranní ovoce:

Přesnídávka:

Polévka:

**Hlavní chod:**

Svačina:

## Pátek

Ranní ovoce:

Přesnídávka:

Polévka:

**Hlavní chod:**

Svačina:

**Změna jídelníčku vyhrazena. Dobrou chuť!**

Kateřina Tomášková - vedoucí školní jídelny

1. OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK	2. KORÝŠI	9. CELER
01a - pšenice	3. VEJCE	10. HOŘČICE
01b - žito	4. RYBY	11. SEZAMOVÁ SEMENA
01c - ječmen	5. JÁDRA PODZEMNICE OLEJNÉ	12. OXID SIŘIČITÝ A SIŘIČITANY
01d - oves	6. SOJOVÉ BOBY	13. VLČÍ BOB
01e - špalda	7. MLÉKO	14. MĚKKÝŠIA VÝROBK Y Z NICH
01f - kroupy	8. SZOŘÁDKOVÉ PLODY	

