



Jídelníček

03.01.2022 - 07.01.2022

Pondělí

Ranní ovoce: hruška
Přesnídávka: rohlík, máslo, marmeláda, kakao, ovoce (01a,07)
Polévka: selská II (01a,09,03)
***Hlavní chod:* boloňské špagety se sýrem, mošt, jablko (01a,03,07)**
Svačina: chléb, mrkvová pomazánka se sýrem, paprika, čaj (01a,01b,01c,07)

Úterý

Ranní ovoce: banán
Přesnídávka: dalamánek, pomazánka z lučiny, mléko, ovoce (01a,01b,07)
Polévka: čočková (01a,09)
***Hlavní chod:* brambor. knedlíky plněné uzeninou, steril. zelí, sirup (01a,03)**
Svačina: chléb cibulový, šunková pomazánka, okurek, čaj (01a,01b,01c,07)

Středa

Ranní ovoce: jablko
Přesnídávka: toust. chléb, pažitková pomazánka, mléko, ovoce (01a,07)
Polévka: bramborová (01a,09,07)
***Hlavní chod:* hovězí roštěná, rýže + kuskus, zelenin. obloha, sirup (01a,07)**
Svačina: tmavý rohlík, vajíčková pomazánka, rajče, čaj (01a,01b,03)

Čtvrtek

Ranní ovoce: hrozno
Přesnídávka: rohlík, pomazánka z eidamu, ochucené mléko, ovoce (01a,07)
Polévka: zelňačka (01a,09)
***Hlavní chod:* krůtí řízek, bramborová kaše, okurkový salát (01a,03,07)**
Svačina: chléb, hanácká pomazánka, kedlubna, čaj (01a,01b,01c,07)

Pátek

Ranní ovoce: mandarinka
Přesnídávka: veka, budapešť. krém, mléko, ovoce (01a,07)
Polévka: špenátová (01a,03,09)
***Hlavní chod:* čočka na kyselo, volské oko, chléb, steril. okurek, muffin (01a,03,07)**
Svačina: chléb dýňový, pohanková pomazánka, rajče, čaj (01a,01b,01c,07)

Změna jídelníčku vyhrazena. **Dobrou chuť!**

Ivana Sikorová - 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

10.01.2022 – 14.01.2022

Pondělí

Ranní ovoce: pomeranč
Přesnídávka: chléb, drožďová pomazánka, mléko, ovoce (01a,01b,01c,03,07)
Polévka: česneková s krutony (01a,01b,03,09)
***Hlavní chod:* hovězí guláš, těstoviny, sirup (01a,03)**
Svačina: kaiserka, pórková pomazánka, ředkvička, čaj (01a,01b,01c,07)

Úterý

Ranní ovoce: hrozno
Přesnídávka: jáhlová kaše s vanilkou, bílá káva, ovoce (01a,07)
Polévka: z vaječné jíšky (01a,03,09)
***Hlavní chod:* zapečené rybí filé se zeleninou, šťouch. brambory, mrkvový salát (01a,04)**
Svačina: veka, špenátová pomazánka, rajče, čaj (01a,03,07)

Středa

Ranní ovoce: banán
Přesnídávka: toust. chléb, bylinková pomazánka, mléko, ovoce (01a,07)
Polévka: zeleninová se sýrovým kapáním (01a,07,09)
***Hlavní chod:* žemlovka s meruňkami a tvarohem, bílá káva, banán (01a,03,07)**
Svačina: obložený chléb s máslem a zeleninou, čaj (01a,01b,01c)

Čtvrtek

Ranní ovoce: kiwi
Přesnídávka: rohlík, cizrnová pomazánka, malcao, ovoce (01a,07)
Polévka: bramborová (01a,09)
***Hlavní chod:* vepřové maso na mrkvi a hrášku, rýže, mošt (01a)**
Svačina: chléb, mozaiková pomazánka, paprika, čaj (01a,01b,01c,07)

Pátek

Ranní ovoce: bluma
Přesnídávka: koláč, mléčný koktejl, ovoce (01a,03,07)
Polévka: drožďová (01a,03,09)
***Hlavní chod:* smažený květák, vař. brambory, dresing, zelenin. obloha, čaj (01a,03,07)**
Svačina: chléb dýňový, pomazánka z jarní cibulky, kedlubna, čaj (01a,01b,01c,07)

Změna jídelníčku vyhrazena. **Dobrou chuť!**

Ivana Sikorová - 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

17.01.2022 – 21.01.2022

Pondělí

Ranní ovoce: jablko
Přesnídávka: veka, ředkvičková pomazánka, kakao, ovoce (01a,07)
Polévka: gulášová (01a,09)
***Hlavní chod:* králík na divoko, bulgur, ovocný nápoj (01a)**
Svačina: chléb ve vajíčku, okurek, čaj (01a,01b,01c,03)

Úterý

Ranní ovoce: banán
Přesnídávka: raženka, tvarohová s kapií, mléko, ovoce (01a,01b,01c,07)
Polévka: kuřecí vývar s nudlemi (01a,03,09)
***Hlavní chod:* sekaná pečeně, bramborová kaše, steril. okurek (01a,03,07)**
Svačina: chléb cibulový, avokádová pomazánka, paprika, čaj (01a,01b,01c,03)

Středa

Ranní ovoce: hrozno
Přesnídávka: rohlík, ovocná přesnídávka, ochucené mléko (01a,07)
Polévka: cibulová se sýrem (01a,07,09)
***Hlavní chod:* šunkofleky, šopský salát, oplatek (01a,03,07)**
Svačina: chléb, pomazánka rajčatová s vejci, kedlubna, čaj (01a,01b,01c,03)

Čtvrtek

Ranní ovoce: hruška
Přesnídávka: tmavý rohlík, rybičková pomazánka, mléko, ovoce (01a,01b,04,07)
Polévka: kedlubnová s bramborem (01a,09)
***Hlavní chod:* kuřecí kung pao, rýže+kuskus, salát z čínsk. zelí (01a,03)**
Svačina: chléb cibulový, pomazánka z červené řepy, okurek, čaj (01a,01b,01c)

Pátek

Ranní ovoce: kiwi
Přesnídávka: rohlík, zeleninová pomazánka (mrkev, celer), mléko+frapko, ovoce (01a,07,09)
Polévka: jáhlová se zeleninou (01a,09)
***Hlavní chod:* zapečené brambory se sýrem, míchaný zelenin. salát, moučník, čaj (07,01a,03)**
Svačina: topinka, sýrovočesneková pomazánka, rajče, čaj (01a,01b,01c,07)

Změna jídelníčku vyhrazena. Dobrou chuť!

Ivana Sikorová - vedoucí školní jídelny

1. OBLOVINY 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 VÝROBKY Z NICH
01f - kamut	8. SKOŘÁPKOVÉ PLODY	
01g - hybridní odrůdy a výrobky z nich		



Jídelníček

24.01.2022 - 28.01.2022

Pondělí

Ranní ovoce: jablko
Přesnídávka: špaldová krupice s máslem a skořicí, mléko, ovoce (01e,07)
Polévka: hrstková (01a,09)
***Hlavní chod:* kuře na paprice, těstoviny, čaj, hruška (01a,03,07)**
Svačina: chléb dýňový, máslo, vařené vejce, okurek, čaj (01a,01b,01c,03)

Úterý

Ranní ovoce: mandarinka
Přesnídávka: rohlík, sýrová pomazánka, kakao, ovoce (01a,07)
Polévka: pórková s vejci (01a,03)
***Hlavní chod:* pečená ryba na másle a bylinkách, bramb. kaše, ledový salát (01a,04,07)**
Svačina: chléb, fazolová pomazánka, rajče, čaj (01a,01b,01c,07)

Středa

Ranní ovoce: hrozno
Přesnídávka: kaiserka, máslo, plátek šunky, mléko, ovoce (01a,07)
Polévka: ruský boršč (01a,09)
***Hlavní chod:* vepřové maso na kmíně, housk. knedlík, mošt (01a,03,07)**
Svačina: toust. chléb, pomazánka vitamínová, paprika, čaj (01a,03,07)

Čtvrtek

Ranní ovoce: banán
Přesnídávka: rohlík, pomazánka celerová s tav. sýrem, ochucené mléko, ovoce (01a,07,09)
Polévka: rajčatová s kapáním (01a,03,09)
***Hlavní chod:* rýžový náryp se švestkami, bílá káva, jablko (01a,07,03)**
Svačina: chléb, pomazánkové máslo, kedlubna, čaj (01a,01b,01c)

Pátek

Ranní ovoce: hruška
Přesnídávka: žitánek, máslo, strouhaný eidam, mléko, ovoce (01b,07)
Polévka: fazolová (01a,09)
***Hlavní chod:* koprová omáčka, vařené vejce, šť. brambory, muffin (01a,03,07)**
Svačina: veka, pomazánka rozhuda, ředkvička, čaj (01a,07)

Změna jídelníčku vyhrazena. Dobrou chuť!

Ivana Sikorová - vedoucí školní jídelny

1. OBLOVINY 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 VÝROBKY Z NICH
01f - kamut	8. SKOŘÁPKOVÉ PLODY	
01g - hybridní odrůdy a výrobky z nich		



Jídelníček

31.01.2022 - 31.01.2022

Pondělí

Ranní ovoce: mandarinka
Přesnídávka: vánočka s nutelou, bílá káva, ovoce (01a,03,07)
Polévka: kulajda (01a,03,07)
Hlavní chod: pečená kuřecí stehna, jasmínová rýže, kompot (01a)
Svačina: chléb cibulový, pomazánka z tuňáka, okurek, čaj (01a,01b,01c,04)

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!
 Ivana Sikorová - 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. MĚKKÝŠI A VÝROBKY Z NICH
01f - kamut	8. SKOŘÁPKOVÉ PLODY	
01g - hybridní odrůdy a výrobky z nich		