



Jídelníček 7.9. - 11.9. 2026

Pondělí * 7.9.2026

Přesnídávka: Bílý jogurt, cereálie, zeleninovo-ovocná miska (1,7)

Polévka: Brokolicový krém s křupavými lupínky

Hl. jídlo: Špagety s boloňskou omáčkou z červené čočky, strouhaný sýr, polníčkový salát s rajčaty (1)

Svačina: Pomazánka z červené řepy, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)

Svačina po obědě domů 12:00-14:00 – Rozárka – jemné čajové pečivo

Úterý * 8.9.2026

Přesnídávka: Kváskové pečivo, sardinková pomazánka, zeleninovo-ovocná miska (1,7)

Polévka: Risi-Bisi

Hl. jídlo: Pomalu pečené vepřové na česneku, brambory, listový špenát

Svačina: Cizrnový hummus se sušenými rajčaty, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)

Svačina po obědě domů 12:00-14:00 - Fermentík – svačinka ze zeleniny a ovoce

Středa * 9.9.2026

Přesnídávka: Cottage, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)

Polévka: Mrkvovo-kurkumový krém s chlebovými krutony (1)

Hl. jídlo: Pečené krůtí maso na kořenové zelenině, kulatozrná rýže, rajčatový salát s bazalkou

Svačina: Vajíčková pomazánka, pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)

Svačina po obědě domů 12:00-14:00 – Libocká granola, sezónní ovoce

Čtvrtek * 10.9.2026

Přesnídávka: Kváskové pečivo, zeleninovo-ovocný táč (1,7)

Polévka: Masový vývar s polentovou zavádkou (1)

Hl. jídlo: Hovězí guláš s barevnými paprikami, bulgur, zelný salát s jablkem (1,)

Svačina: Třešňová bublanina, zeleninovo-ovocná miska (1,7)

Svačina po obědě domů 12:00-14:00 – Čočkový chlebiček

Pátek * 11.9.2026

Přesnídávka: Pomazánka z pečeného česneku, podmásli, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)

Polévka: Hrstková polévka (9)

Hl. jídlo: Těstovinový salát s tuňákem a grilovanou zeleninou, čerstvá zelenina (4,7)

Svačina: Kváskové pečivo s máslem a křupavými slunečnicovými semínky, zeleninovo-ovocný táč (1,7)

Svačina po obědě domů 12:00-14:00 – Cereální müsli srdíčka



Informace pro rodiče:

Pití je na výběr po celý den – čistá voda, mléko, ovocný čaj, voda s ovocem, s bylinkami.
Děti si mohou druh nápoje vybrat samy.

Zeleninovo – ovocná miska – jablka, hrušky, pomeranč, hroznové víno, švestky, okurka, paprika, řapíkatý celer, rajče, ředkvička, mrkev.

Zobání po děti – roznáší se do tříd v mističkách, děti mohou kdykoliv zobat (oříšky, rozinky, semínka, brusinky, sušené ovoce).

V kuchyni nepoužíváme uzeniny (jen výjimečně kvalitní šunku) ani žádné potraviny, které obsahují škodlivé emulgátory. Polévky a omáčky zahušťujeme bezlepkovým způsobem“ (solamylem, kukuričnou, rýžovou, hrachovou či jinou bezlepkovou moukou).

Alergeny:

1. **Lepek** – pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich odrůdy
2. **Korýši**
3. **Vejce**
4. **Ryby**
5. **Arašídny, podzemnice olejná**
6. **Sója**
7. **Mléko**
8. **Skořápkové plody**, mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie
9. **Celer**
10. **Hořčice**
11. **Sezam, Oxid siřičitý a siřičitany** E220, E221, E222, E223, E224, E226, E227, E228
12. **Vlčí bob, lupina**
13. **Měkkýši**