

# Jídelní lístek

na období od: 09.03.2026 do: 13.03.2026



## 09.03.2026 - pondělí:

Přesnídávka	<b>Tvarohový krém,piškoty,jablko,mléko (1a 3 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>Zeleninová s bulgurem (1a 9)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>Vepřová panenka na zelenině,barevný kuskus/ ZŠ tvarohový krém (1a 9 7)</b>
Nápoj oběd	<b>Voda s citr.,ovocný čaj ()</b>
Odpolední svačina	<b>Chléb s mrkvovou pom.,paprika,ov.čaj (1a 7)</b>

## 10.03.2026 - úterý:

Přesnídávka	<b>Chléb s máslem a str.sýrem,banán,mandarinka,kakao (1a 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>Čočková (1a 9)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>Čínské nusle s kuřecím masem a zeleninou (1a 3 9)</b>
Nápoj oběd	<b>Voda s citr.,džus ()</b>
Odpolední svačina	<b>Rohlik s pom.máslem,okurka,rajče,džus (1a 7)</b>

## 11.03.2026 - středa:

Přesnídávka	<b>Chléb s vajíčkovou pom.,jablko,kiwi,mléko (1a 3 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>Krupicová s vejci (1a 3 9)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>Smažené rybí file,bramborová kaše,kompot (1a 3 4 7)</b>
Nápoj oběd	<b>Voda s citr.,bylinkový čaj s medem ()</b>
Odpolední svačina	<b>Celozrnný rohlík se sýrem,paprika,mrkev,byl.čaj (1a 1b 11 7)</b>

## 12.03.2026 - čtvrtek:

Přesnídávka	<b>Toustový chléb se šunkovou pěnou,banán,kiwi,mléko (1a 1b 11 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>Gulášová (1a)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>Bramborové šišky s mákem/ZŠ mandarinka (1a 7 3)</b>
Nápoj oběd	<b>Voda s citr.,ovocný nápoj ()</b>
Odpolední svačina	<b>Houska s rybí pom.,okurka,rajče,ov.nápoj (1a 3 4 7)</b>

## 13.03.2026 - pátek:

Přesnídávka	<b>Žitný chléb s lučinou,kedlub,mrkev,mléko (1a 1b 11 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>Zeleninová s písmenky (1a 3 9)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>Hovězí kýta na rajčatech,rýže (1a)</b>
Nápoj oběd	<b>Voda s citr.,ovocný čaj ()</b>
Odpolední svačina	<b>Rohlik s máslem,jablko,ov.čaj (1a 7)</b>

Čísla v závorce za názvem pokrmu označují alergeny, které jídla obsahují:

1 OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK 1a) pšenice, 1b) žito, 1c) ječmen, 1d) oves, 1e) špalda, 1f) kamut nebo jejich odrůdy a výrobky z nich	24102019
2 KORÝŠÍ a výrobky z nich	3 VEJCE a výrobky z nich
4 RYBY a výrobky z nich	5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašíd) a výr. z nich
6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich	7 MLÉKO a výrobky z něj
8 SKOŘÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) Chléb s pistácie, 8h) makadamie a výrobky z	
9 CELER a výrobky z něj	10 HOŘČICE a výrobky z ní
11 SEZEMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich	12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg
13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj	14 MĚKKÝŠÍ a výrobky z nich