JÍDELNÍČEK od 7. 9. do 11. 9. 2026

Pondělí

snídaně	------	1, 7
přesnídávka	veka, cizrnová pomazánka s lučinou, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7, 10
oběd	polévka zelná bílá	1, 6, 7, 12
	treska na kmíně, bulgurový salát, krájená zelenina, džus	1, 3, 6, 7, 9
svačina	selský rohlík, máslo, šunka, ovoce, mléko, džus	1, 6, 7,
večeře	květákové placičky, brambory, salát, čaj	1, 3, 6, 7

Úterý

snídaně	žitný chléb, máslo, troj.sýr, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7,
přesnídávka	chléb, tuňáková pomazánka s tvarohem, zelenina, mléko, čaj	1, 4, 6, 7, 10
oběd	polévka z míchaných luštěnin	1, 6, 9
	jablkové lasagne s tvarohem, ovoce, džus/voda	1, 6, 7,
svačina	cereální houska, máslo, tvrdý sýr, ovoce, mléko, džus	1, 6, 7
večeře	krůtí játra na cibulce, rýže basmati, salát, čaj	1, 6

Středa

snídaně	slovanský chléb, pomazánkové máslo s pažitkou, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7
přesnídávka	sojový rohlík, hermelínová pomazánka, zelenina, mléko, čaj	1, 3, 6, 7, 10
oběd	polévka špenátová s kapáním	1, 3, 7, 6,
	sekaný řízek se sýrem, bramborová kaše, salát Coleslaw, džus/voda	1, 3, 6,7,9
svačina	musli loupák, ovoce, džus, mléko	1, 6, 7
večeře	těstovinový salát s tuňákem a zeleninou, čaj	1, 4, 6, 7, 10

Čtvrtek

snídaně	trojhránek, šlehaná lučina s česnekem, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7
přesnídávka	karamelová buchta se strouhanou mrkví, ovoce, mléko, čaj	1, 3, 6, 7,
oběd	polévka z vaječné jíšky se zeleninou	1, 3, 6, 7, 9
	chalupářský guláš, žitný chléb/chléb, ovoce, džus/voda	1, 6, 7,
svačina	rohlík, šlehaná niva, ovoce, džus, mléko	1, 6, 7
večeře	tortilla se sýrem a zeleninou, čaj	1, 6, 7

Pátek

snídaně	chléb, máslo, strouhaný sýr, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7,
přesnídávka	tvarohový míša, rohlík, ovoce, mléko, čaj	1, 6, 7
oběd	polévka pórková s ovesnými vločkami	1, 3, 6, 9
	kuřecí výpečky, mrkev s hráškem, brambory, ovoce, voda/džus	1, 6, 7,

Dobrou chuť všem strávníkům přejí zaměstnanci kuchyně.
Změna jídelního lístku vyhrazena.

..

POZNÁMKA
Pokrmy jsou zahušťovány pšeničnou moukou, pokud ne, je to uvedeno přímo u pokrmu

Pečivo

chléb	obsahuje pšenici, žito
dalamánek	obsahuje pšenici, žito
rohlík	obsahuje pšenici, žito, ječmen
cereální raženka	obsahuje pšenici, ječmen, žito, oves, sóju, sezam
cereální rohlík	obsahuje pšenici, ječmen, žito, oves, sóju, sezam
grahamový rohlík	obsahuje pšenici, ječmen, žito
makovka	obsahuje pšenici
loupáček	obsahuje pšenici
drobenkový loupák	obsahuje pšenici, žito

Alergeny

1 obiloviny obsahující lepek a výrobky z nich
2 korýši a výrobky z nich
3 vejce a výrobky z nich
4 ryby a výrobky z nich
5 podzemnice olejná (arašídy) a výrobky z ní
6 sójové boby (sója) a výrobky z nich
7 mléko a výrobky z něj
8 skořápkové plody a výrobky z nich – jedná se o všechny druhy ořechů
9 celer a výrobky z něj
10 hořčice a výrobky z ní
11 sezamová semena (sezam) a výrobky z nich
12 oxid siřičitý a siřičitany v koncentracích vyšších než 10 mg/kg, ml/l
13 vlčí bob (lupina) a výrobky z něj
14 měkkýši a výrobky z nich

Olomouc 3. 9. 2026

Sestavila: Jana Reitingerová, vedoucí stravování v. r.

Schválila: Mgr. Martina Michalíková, ředitelka školy v. r.