JÍDELNÍČEK od 12. 10. do 16. 10. 2026

Pondělí

snídaně	------	1, 7
přesnídávka	ovocný jogurt, rohlík, ovoce, mléko, čaj	1, 6, 7,
oběd	polévka zelná s bramborem	1, 6, 7, 9
	špagety s mletým hovězím masem a strouhaným sýrem, ovoce, džus/voda	1, 6, 7,
svačina	dalamánek, máslo, plátkový sýr, zelenina, mléko, džus	1, 6, 7,
večeře	pečené kuřecí stehno, zeleninový salát s cizrnou, čaj	4, 6, 7

Úterý

snídaně	rohlík, máslo, troj.sýr, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7,
přesnídávka	slunečnicový chléb, šlehaná niva, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7,
oběd	polévka drůbeží vývar s těstovinou a zeleninou	1, 3, 6, 9
	vepřová znojemská pečeně, rýže s pohankou, zelný salát s koprem, ovocný čaj	1, 6, 7,
svačina	karamelovník, ovoce, mléko, džus	1, 3, 6, 7,
večeře	hodolanská omáčka, chléb, čaj	1, 3, 6, 7

Středa

snídaně	chléb, máslo, vejce, zelenina, mléko, čaj	1, 3, 6, 7
přesnídávka	veka, vaječná pomazánka, zelenina, mléko, čaj	1, 3, 6, 7, 10
oběd	polévka květáková s pórkem	1, 6, 7,
	smažená ryba, bramborová kaše, čočkový salát, džus/voda	1 3, 4, 6,7,
svačina	loupáček, banán, džus, mléko	1, 6, 7,
večeře	chléb, vepřová pomazánka z pečené masa, krájená zelenina, čaj	1, 6, 10

Čtvrtek

snídaně	kaiserka, máslo, strouhaný sýr, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7
přesnídávka	žitný chléb, máslo, šunka, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7,
oběd	polévka z vaječné jíšky z kukuřičné mouky se zeleninou	1, 3, 6, 9
	kuřecí kousky na paprice, zrníčkový knedlík, ovoce, čaj	1, 3, 6, 7,
svačina	cereální raženka, sýrová pomazánka, ovoce, mléko, čaj	1, 6, 7
večeře	vepřenky s cibulí, brambory, zeleninová obloha, čaj	1, 3, 6, 7

Pátek

snídaně	cereální rohlík, křenové pomazánkové máslo, zelenina, mléko, čaj	1, 6, 7,
přesnídávka	vanilkový pudink s ovocným rozvarem, ovoce, mléko, čaj	1, 6, 7,
oběd	polévka rajčatová s quinoou	3, 6, 9
	bulgur se zeleninou a uzeným tofu sýrem, salát okurkový, ovocná šťáva	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 6. 10. 2026

Sestavila: Jana Reitingerová, vedoucí stravování v. r.

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