

# Jídelní lístek

na období od: 16.03.2026 do: 20.03.2026

**16.03.2026 - pondělí:**

Ranní svačina	<b>chléb, fazolová pomazánka, jablko (1a 1b 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>dýňová s křupinkami (1a 3 7)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>špagety s kuřecím masem a zeleninou, sypané sýrem, okurka (1a 3 7)</b>
Nápoj oběd	<b>jablečný čaj ()</b>
Odpolední svačina	<b>houska, pomazánkové máslo, mandarinka, bílá káva (1a 3 7)</b>

**17.03.2026 - úterý:**

Ranní svačina	<b>veka, avokádová pomazánka, banán, jahodové mléko (1a 3 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>hrstková (1a 3)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>segedínský guláš, houskový knedlík, ŠJ jablko (1a 3 7)</b>
Nápoj oběd	<b>ovocný čaj ()</b>
Odpolední svačina	<b>tmavý rohlík, kapiová pomazánka, cherry rajče (1a 1b 7)</b>

**18.03.2026 - středa:**

Ranní svačina	<b>tmavý chléb, pomazánka z červené řepy, hroznové víno, mléko (1a 1b 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>mrkvová (1a 3)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>čočkové karbanátky, bramborová kaše, ster. okurka, ŠJ jogurt (1a 3 7)</b>
Nápoj oběd	<b>černý čaj se sirupem ()</b>
Odpolední svačina	<b>rohlík, jogurt (1a 3 7)</b>

**19.03.2026 - čtvrtek:**

Ranní svačina	<b>rýžová kaše s ovocem, bílá káva, mandarinka (1a 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>vývar s celozrnnými mušličkami (1a)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>roštěná na houbách, dušená rýže s kuskusem (1a)</b>
Nápoj oběd	<b>hruškový čaj ()</b>
Odpolední svačina	<b>chléb, pomazánka z rybího filé, kedlubna (1a 1b 4 7)</b>

**20.03.2026 - pátek:**

Ranní svačina	<b>chléb, pomazánka s žervé a paprikou, mrkev, mléko (1a 1b 7)</b>
O b ě d - Polévka	<b>z červené čočky (1a)</b>
- Hlavní jídlo 1.	<b>sumeček na másle, brambory (1a 4 7)</b>
Nápoj oběd	<b>voda s citronem ()</b>
Odpolední svačina	<b>müsli tyčinka, jablko (1a 1s 6 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	3 VEJCE a výrobky z nich	4 RYBY a výrobky z nich
2 KORÝŠI a výrobky z nich	6 SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich	7 MLÉKO a výrobky z něj
5 PODZEMNICE OLEJNÁ (Arašidy) a výr. z nich	8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich	11 SEZAMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výr. z nich
8 SKOŘÁPKOVÉ PLODY 8a) mandle, 8b) lískové, 8c) vlašské, 8d) kešu, 8e) pekanové, 8f) para ořechy, 8g) pistácie, 8h) makadamie a výrobky z nich	10 HOŘČICE a výrobky z ní	14 MÉKKÝŠI a výrobky z nich
9 CELER a výrobky z něj	13 VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj	
12 OXID SYŘIČITÝ A SIŘIČITANY kon.vyšší 10mg		