

JÍDELNÍ LÍSTEK 12.10.-16.10.2026

DIETA s omezením lepku a bezmléčná

Pondělí 12.10.2026

RS	jednoporcová přesnídávka, kukuřičné plátky 4ks, čaj ovocný
Polévka	špenátová (06,09)
Hl. Jídlo	bezlepkové těstoviny s omáčkou z karamelizované cibule a sušených rajčat sypané rostlinným sýrem, jednoporcová přesnídávka děti MŠ NE, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkový chléb (13), pomazánka z rostlinného sýra (06), paprika 50g, čaj ovocný

Úterý 13.10.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka z avokáda, mrkev 50g, čaj ovocný
Polévka	fazolová (06,09)
Hl. Jídlo	kotleta zapečená s rostlinným sýrem (06), bramborová kaše z rostlinného mléka (06,08), okurkový salát, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepková bagetka (13), pomazánka ze strouhaného vejce (03), ozdoba hrachové klíčky, čaj ovocný

Středa 14.10.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka z tuňáka (04), kedluben 50g, čaj ovocný
Polévka	bramborová s pohankou (09)
Hl. Jídlo	krutí kostky přírodní (06), dušená rýže, obloha cherry rajčátka z Haňovic děti MŠ NE, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepková veka (13), Flora, rajčátka z Haňovic 30g, čaj ovocný

Čtvrtek 15.10.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka z rostlinného sýra, okurka 50g, čaj ovocný
Polévka	hovězí vývar s masem a mrkví (09)
Hl. Jídlo	bramborové šišky s mákem, jablko děti MŠ NE, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepková bagetka (13), rama, plátek šunky, jablko, čaj ovocný

Pátek 16.10.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka z pečené červené řepy, ozdoba polníček, čaj ovocný
Polévka	rajčatová s rýží (09)
Hl. Jídlo	pečené masové kuličky (03,06), brambory, salát Coleslaw z rostlinné smetany (06), ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkový mazanec (03,06), banán ½, čaj ovocný

Jídelní lístek je uvedený pro oba druhy a kombinace diet. Jídlo je pak připravováno pro každého strávnicka jednotlivě. Bezlepkové pečivo a těstoviny mají pouze ti, co nemůžou normální pečivo atp.

Seznam alergenů je k dispozici na www.sjholecova.cz

Vedoucí školní jídelny: Bc. Pavla Hybenová