

JÍDELNÍ LÍSTEK 16.3.-20.3.2026

DIETA s omezením lepku a bezmléčná

Pondělí 16.3.2026

RS	kukuřičné lupínky, banán 50g, čaj ovocný
Polévka	rajčatová s bezlepkovým kapáním (03,06,09)
Hl. Jídlo	rybí filé z tresky smažené (03,04,06), bramborová kaše z rostlinného mléka (08), ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkový chléb (13), rama, paprika, čaj ovocný

Úterý 17.3.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka z pečeného česneku, rajčátko, čaj ovocný
Polévka	hovězí vývar s rýžovými těstovinami (09)
Hl. Jídlo	kuřecí steaky na zelenině (06,09), bezlepkové houskové knedlíky (03,06), jablko děti MŠ NE, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepková bagetka, rama s rostlinným sýrem, jablko, čaj ovocný

Středa 18.3.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka švédská (04), okurka, čaj ovocný
Polévka	bramborová (09)
Hl. Jídlo	čočka se zeleninou (09), vejce (03), okurka (10), bezlepkový chléb (13), bezlepkový piškot s ovocem a drobenkou děti MŠ NE (03,06), ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkový piškot s ovocem a drobenkou (03,06), čaj ovocný

Čtvrtek 19.3.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka brokolicová, ½ jablka, čaj ovocný
Polévka	polévka z bezlepkové krupice se zeleninou (09)
Hl. Jídlo	kuřecí butter chicken (06), dušená jasmínová rýže, okurkový salát, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepková bagetka, Flora, ½ jablka, čaj ovocný

Pátek 20.3.2026

RS	bezlepkové pečivo (13), pomazánka ředkvičková, hrachové klíčky, čaj ovocný
Polévka	špenátová s bezlepkovými krutony (06,09)
Hl. Jídlo	vepřový plátek s omáčkou z paprik, brambory, kompot broskve, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepková bagetka, pomazánka vaječná (03), mrkev, čaj ovocný

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

Seznam alergenů je k dispozici na www.sjholeckova.cz

Vedoucí školní jídelny: Bc. Pavla Hybenová