

JÍDELNÍ LÍSTEK 19.1.-23.1.2026

DIETA s omezením lepku a bezmléčná

Pondělí 19.1.2026

RS	kukuřičné lupínky, kompot jahody, čaj ovocný
Polévka	bramborová s pohankou (09)
Hl. Jídlo	bezlepkové těstoviny s omáčkou z cuket a rostlinné smetany (06), mandarinka všichni, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkový chléb (13), Rama, paprika, čaj ovocný

Úterý 20.1.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka z tuňáka (04), rajčátko, čaj ovocný
Polévka	hrachová s bezlepkovými kuličkami (03,06,09)
Hl. Jídlo	čevabčiči (03,06), brambory, dresing z veganské majonézy (10), kukuřice Bonduelle jako obloha, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkový toastový chléb (06), pomazánka čokoládová, ½ banánu, čaj ovocný

Středa 21.1.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka vaječná s mrkví (03), kedluben, čaj ovocný
Polévka	z bezlepkových vloček se zeleninou (09)
Hl. Jídlo	kuře na paprice z rostlinné smetany (06), bezlepkové houskové knedlíky (03.06), jablko děti MŠ NE, minerálka/voda
OS	bezlepková bagetka (13), Flora, jablko, čaj ovocný

Čtvrtek 22.1.2026

RS	bezlepkový chléb (13), pomazánka z avokáda, mrkev, čaj ovocný
Polévka	květákově-brokolicev krém s rostlinnou smetanou (06,09)
Hl. Jídlo	rybí filé obalované bezlepkovou strouhankou smažené (03,04,06), bramborová kaše z rostlinného mléka (06,08), broskvový kompot, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkové pečivo (13), Rama, okurka, čaj ovocný

Pátek 23.1.2026

RS	bezlepkové pečivo (13), pomazánka cizrnová, ředkvička, čaj ovocný
Polévka	hovězí vývar s bezlepkovými těstovinami (09)
Hl. Jídlo	vepřová pečeně na kmínu, dušená rýže, mrkvový salát s citronem, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkový koláč s povidly a drobenkou (03,06), 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