

# JÍDELNÍ LÍSTEK 3.11.-7.11.2025

## DIETA s omezením lepku a sníženým obsahem laktózy

### Pondělí 3.11.2025

|           |                                                                                            |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| RS        | bezlaktózový jogurt, bezlepková bagetka (13), ovocný čaj                                   |
| Polévka   | bramborová nezahuštěná (09)                                                                |
| Hl. Jídlo | cizrna na paprice, bezlepkové těstoviny, bezlaktózový jogurt děti MŠ NE, ovocná šťáva/voda |
| OS        | bezlepkové pečivo (13), pomazánkové máslo bez laktózy se šunkou, okurka, čaj ovocný        |

### Úterý 4.11.2025

|           |                                                                                           |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| RS        | bezlepkové pečivo (13), pomazánka z paštiky, mrkev, čaj ovocný                            |
| Polévka   | zeleninová s pohankou (09)                                                                |
| Hl. Jídlo | kuřecí plátek zapečený s bezlaktózovým sýrem, brambory, ledový salát, neperlivá minerálka |
| OS        | bezlepkové pečivo (13), pomazánka čokoládová, banán 50g, čaj ovocný                       |

### Středa 5.11.2025

|           |                                                                                                                       |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| RS        | bezlepkový toastový chléb, pomazánka z bezlaktózového tvarohu s medem, jablko, čaj ovocný                             |
| Polévka   | hovězí s bezlepkovými těstovinami (09)                                                                                |
| Hl. Jídlo | masové kuličky v rajčatové omáčce (03,09), bezlepkové houskové knedlíky (03,06), jablko děti MŠ NE, ovocná šťáva/voda |
| OS        | bezlepkové pečivo (13), bezlaktózový sýr, ředkvička, čaj ovocný                                                       |

### Čtvrtek 6.11.2025

|           |                                                                                                                           |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| RS        | bezlepkové pečivo (13), pomazánka z pečené červené řepy, hrachové klíčky jako ozdoba, čaj ovocný                          |
| Polévka   | fazolová (09)                                                                                                             |
| Hl. Jídlo | nudličky z rybího filé přírodní (04), bramborová kaše z bezlaktózového mléka, mrkvový salát s citronem, ovocná šťáva/voda |
| OS        | bezlepková bagetka (13), rama, plátek bezlaktózového sýra, kedluben, čaj ovocný                                           |

### Pátek 7.11.2025

|           |                                                                                                       |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| RS        | bezlepkové pečivo (13), pomazánka luštěninová (03), rajčátka z farmy, čaj ovocný                      |
| Polévka   | vločková (09)                                                                                         |
| Hl. Jídlo | hovězí kostky znojemské (10), dušená rýže, rajčátka z farmy jako obloha děti MŠ NE, ovocná šťáva/voda |
| OS        | bezlepkový makový piškot (03,06), hrozny 50g, 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](http://www.sjholeckova.cz)**

**Vedoucí školní jídelny: Bc. Pavla Hybenová**