Jídelníček 12.10.2026 - 16.10.2026

Pondělí	**12.10.2026**
Přesnídávka	**Slunečnicový chléb, jarní pomazánka, ovoce, čaj, mléko** *(01, 07, 12)*
Polévka	**Cizrnová** *(01, 09)*
Oběd 1	**Francouzské zapečené brambory, okurek (BLP)** *(03, 07, 09, 10, 12)*
Oběd 2	**Vepřové žebírko se sušenými rajčaty, opékaný brambor** *(01, 12)*
Svačina	**Kváskový chléb, avokádová pomazánka, čaj, mléko** *(01, 07, 12)*
Úterý	**13.10.2026**
Přesnídávka	**Slunečnicový chléb, tuňáková pomazánka, čerstvá zelenina, čaj, mléko** *(01, 04, 07, 12)*
Polévka	**Pórková s vejcem** *(01, 03, 09)*
Oběd 1	**Vepřový plátek na bazalce, těstovina, zeleninový salát** *(01, 03, 09, 10)*
Oběd 2	**Kynuté knedlíky neplněné s jahodovým přelivem (BLP)** *(01, 03, 07)*
Svačina	**Zakysaná smetana s ovocem a piškotem, čaj, mléko** *(01, 03, 07, 12)*
Středa	**14.10.2026**
Přesnídávka	**Kváskový chléb, nadýchaná lučina s chia semínky, ovoce, čaj, mléko** *(01, 03, 07)*
Polévka	**Rajská s kapáním** *(01, 03, 07, 12)*
Oběd 1	**Kuřecí rizoto se zeleninou a sýrem, sterilovaný okurek (BLP)** *(07, 12)*
Oběd 2	**Kančí výpečky na brusinkách, bramborová kaše** *(01, 07, 12)*
Svačina	**Žitný chléb s luštěninovou pomazánkou, čaj, mléko** *(01, 07)*
Čtvrtek	**15.10.2026**
Přesnídávka	**Slunečnicový chléb s mrkvičko-tvarohovou pomazánkou, čerstvá zelenina, čaj, kakao** *(01, 07, 12)*
Polévka	**Bramborová** *(01, 09, 10)*
Oběd 1	**Pečené vepřové maso, žampionová omáčka, houskový knedlík (BLP)** *(01, 03, 07)*
Oběd 2	**Zapečené rybí filé se sýrem, rajčetem, brambor, zeleninový salát** *(01, 04, 07, 12)*
Svačina	**Lívanečky s džemem, čaj, mléko** *(01, 03, 07, 12)*
Pátek	**16.10.2026**
Přesnídávka	**Kváskový chléb, drožďová pomazánka,čerstvá zelenina, čaj, mléko** *(01, 07, 12)*
Polévka	**Hovězí s játrovou rýží a těstovinou** *(01, 03, 09, 10)*
Oběd 1	**Vepřenky, vařený brambor, dresink (BLP)** *(01, 03, 07, 12)*
Oběd 2	**Gnocchi s kuřecím masem a listovým špenátem** *(01, 03, 07)*
Svačina	**Sýrový toust, čaj, mléko** *(01, 07, 12)*

Seznam alergenů:

01 - Obiloviny obsahující lepek, 03 - Vejce, 04 - Ryby, 07 - Mléko, 09 - Celer, 10 - Hořčice, 12 - Oxid siřičitý a siřičitany

Připravovaná bezlepková strava je označena (BLP). Je zajištěn pitný režim.
Změna jídelníčku a alergenu vyhrazena! Pokrmy jsou určeny k okamžité spotřebě!

Věra Řezníková
hlavní kuchařka

Bc. Alena Ryšková
ředitelka Centra sdílených služeb a školní jídelny Holešov