

# Jídelníček

od 01.01.2021 do 31.01.2021

## Pondělí 4.1.2021

- Přesnídávka** Chléb, rama máslová a rajske jablko, mléko, čaj  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Polévka** Polévka čočková se zeleninou  
*obsahuje alergenů: 01,06,09*
- Oběd** Kuřecí maso po čínsku, rýže směsná (dvou barev), lhenický most  
*obsahuje alergenů: 06,09*
- Svačina** Žitný chléb s pomazánkou ze žervé s bylinkami, čaj, ochucené mléko, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,07*

## Úterý 5.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka kapiová, chléb, čaj, mléko, paprika čerstvá  
*obsahuje alergenů: 01,03,07*
- Polévka** Polévka kulajda  
*obsahuje alergenů: 01,03,07*
- Oběd** Mořská ryba pečená na kmíně, bramborová kaše, kompot, čaj  
*obsahuje alergenů: 04,07*
- Svačina** Houska s pomazánkovým máslem a plátkem sýra, čaj, mléko, mandarinka  
*obsahuje alergenů: 01,07*

## Středa 6.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka tvarohová s vejci, chléb, čaj, mléko, kiwi  
*obsahuje alergenů: 01,03,07*
- Polévka** Polévka zeleninový vývar s játrovou rýží  
*obsahuje alergenů: 01,03,06,09,11*
- Oběd** Těstoviny penne s masem a drcenými rajčaty a parmazánem, džus  
*obsahuje alergenů: 01,03,06,07,09*
- Svačina** Pomazánka z luštěnin, podmáslivý chléb, čaj, mléko, okurka salátová  
*obsahuje alergenů: 01,07,09*

## Čtvrtek 7.1.2021

- Přesnídávka** Pletýnka maková, kakao, čaj, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Polévka** Polévka krupicová  
*obsahuje alergenů: 01,03,06,07,09*
- Oběd** Svíčková hovězí pečeně, houskové knedlíky kynuté, brusinky, čaj  
*obsahuje alergenů: 01,03,07,09*
- Svačina** Slunečnicový chléb, pomazánka z kořenové zeleniny, čaj, mléko, mrkev  
*obsahuje alergenů: 01,07,09*

## Pátek 8.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka z rybiček v tomatě, chléb, bílá káva  
*obsahuje alergenů: 01,04,07*
- Polévka** Polévka česneková s trhanými  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Oběd** Vejce vařená, smetanový špenát, brambory, čaj  
*obsahuje alergenů: 01,03*
- Svačina** Sezámek, pomazánka sýrová, čaj, mléko, ovoce, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,07*



# Jídelníček

od 01.01.2021 do 31.01.2021

## Pondělí 11.1.2021

- Přesnídávka** Kaštanovo - rýžová kaše s ovocem, čaj, mléko  
*obsahuje alergeny: 07*
- Polévka** Polévka zeleninová s pepitkami z hrášku a cukety  
*obsahuje alergeny: 06,09*
- Oběd** Kuřecí prsa Stroganov, rýže, džus  
*obsahuje alergeny: 01,07*
- Svačina** Pomazánka ředkvičková, chléb, mléko, čaj, paprika čerstvá  
*obsahuje alergeny: 01,03,07*

## Úterý 12.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka z cizrny a tuňáka, chléb, bílá káva, čaj, okurka salátová  
*obsahuje alergeny: 01,03,04,07*
- Polévka** Polévka hovězí s masem, zeleninou a bulgurem  
*obsahuje alergeny: 01,03,09*
- Oběd** Zapečené brambory s vepřovým masem, salát z červené řepy, čaj  
*obsahuje alergeny: 03,07,09,10*
- Svačina** Rohlík s taveným sýrem, mléko, čaj, jablko  
*obsahuje alergeny: 01,07*

## Středa 13.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka mrkvová s tvarohem, chléb, mléko, čaj, kedlubna  
*obsahuje alergeny: 01,07*
- Polévka** Polévka z ovesných vloček a zeleniny  
*obsahuje alergeny: 01,03,07,09*
- Oběd** Hovězí guláš, těstoviny, čaj, jablko  
*obsahuje alergeny: 01,03*
- Svačina** Chléb tmavý s máslem a vejcem, mléko, čaj, banán  
*obsahuje alergeny: 01,03,07*

## Čtvrtek 14.1.2021

- Přesnídávka** Chléb podmáslový, choceňské pomazánkové máslo s pažitkou, mléko, čaj, jablko  
*obsahuje alergeny: 01,07*
- Polévka** Polévka jáhlová se zeleninou  
*obsahuje alergeny: 01,06,09*
- Oběd** Bramborové šišky sypané mákem, mléko, čaj, mandarinka  
*obsahuje alergeny: 01,03,07*
- Svačina** Dýňové pečivo se sýrem Cottage, polníček, čaj, mléko  
*obsahuje alergeny: 01,07*

## Pátek 15.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka česneková, chléb, mléko, čaj, mrkev  
*obsahuje alergeny: 01,07*
- Polévka** Polévka rýžová se zeleninou  
*obsahuje alergeny: 01,06,07,09*
- Oběd** Karbanátek přírodní pečený, hrachová kaše, okurka sterilovaná, čaj  
*obsahuje alergeny: 01,03,09,10,12*
- Svačina** Lipánek, knuspi chléb, jablko  
*obsahuje alergeny: 01,07*





# Jídelníček

od 01.01.2021 do 31.01.2021

## Pondělí 18.1.2021

- Přesnídávka** Houska s přírodním sýrem Buko, mléko, čaj, baby špenát  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Polévka** Polévka drožďová se zeleninou  
*obsahuje alergenů: 01,03,07,09*
- Oběd** Obalovaný filet z aljašské tresky, brambory, ledový salát, cherry rajče  
*obsahuje alergenů: 01,03,04,06,07,11*
- Svačina** Pomazánka vitamínová, pšenično žitný chléb, čaj, selské mléko, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,07*

## Úterý 19.1.2021

- Přesnídávka** Šlehaný jogurt s müsli, čaj, mléko, pomeranč  
*obsahuje alergenů: 01,05,07,08*
- Polévka** Polévka z duo mrkve a kukuřice
- Oběd** Hovězí pečeně štěpánská, basmati rýže, džus  
*obsahuje alergenů: 01,03*
- Svačina** Pomazánka švédská (tvarohová s tresčími játry), podmáslový chléb, bílá káva, čaj, paprika  
*obsahuje alergenů: 01,04,07,09,10*

## Středa 20.1.2021

- Přesnídávka** Sýrové pečivo, kefírové mléko, čaj, kedlubna  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Polévka** Polévka zeleninová s kapáním  
*obsahuje alergenů: 01,03,06,07,09*
- Oběd** Moravský vrabec, dušené zelí, bramborové knedlíky, čaj  
*obsahuje alergenů: 01,03*
- Svačina** Pomazánka celerová, chléb, mléko, čaj, mandarinka  
*obsahuje alergenů: 01,07,09*

## Čtvrtek 21.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka z lučiny a červené řepy, chléb, čaj, mléko, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Polévka** Polévka z míchaných luštěnin  
*obsahuje alergenů: 01,06,09*
- Oběd** Krůtí paprikáš, špecle, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,03,07*
- Svačina** Veka s máslem a plátkem sýra, mléko, čaj, okurka salátová  
*obsahuje alergenů: 01,07*

## Pátek 22.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka vaječná, chléb Moskva, čaj, ředkvička  
*obsahuje alergenů: 01,03,07*
- Polévka** Polévka rajčatová s tarhoňou  
*obsahuje alergenů: 01,06,07,09,10,11,12*
- Oběd** Nudlový nákyp s brokolicí a sýrem, strouhaná mrkev, čaj  
*obsahuje alergenů: 01,03,07,09,10*
- Svačina** Rohlík s medovým máslem, mléko, čaj, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,07*



# Jídelníček

od 01.01.2021 do 31.01.2021

## Pondělí 25.1.2021

- Přesnídávka** Grahánek, sýr Bambino, mléko, čaj, cherry rajče  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Polévka** Polévka zeleninová s pohankou  
*obsahuje alergenů: 01,09*
- Oběd** Kuřecí nudličky se smetanovou omáčkou a žampiony, gnocchi, čaj  
*obsahuje alergenů: 01,03,07,09*
- Svačina** Chléb, jemná žervé pomazánka s mrkví a jablkem, čaj, mléko, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,07*

## Úterý 26.1.2021

- Přesnídávka** Obilná kaše ranní ptáče-švestka se skořicí, čaj, mléko  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Polévka** Polévka houbová z hlívy ústříčné (á la dršťková)  
*obsahuje alergenů: 06,07,09*
- Oběd** Zeleninové rizoto s králičím masem a červenou čočkou, salát coleslaw, čaj  
*obsahuje alergenů: 01,09,10,12*
- Svačina** Chléb s Lučinou obložený ředkvičkou a kedlubnou, čaj, mléko  
*obsahuje alergenů: 01,07*

## Středa 27.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka tvarohová s kapií, slunečnicový chléb, čaj, mléko, paprika čerstvá  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Polévka** Polévka kmínová se zeleninou  
*obsahuje alergenů: 01,03,09*
- Oběd** Vepřové maso po italsku sypané eidamem, řezané nudle, jablečný mošt  
*obsahuje alergenů: 01,03*
- Svačina** Pomazánka z kuřecího masa, chléb, mléko, čaj, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,07*

## Čtvrtek 28.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka z makrely, chléb, bílá káva, čaj, pomeranč  
*obsahuje alergenů: 01,04,07*
- Polévka** Polévka hovězí s kroupami  
*obsahuje alergenů: 06,09*
- Oběd** Hovězí maso vařené, dušená míchaná zelenina, brambory vařené, džus - rakytník  
*obsahuje alergenů: 01,07*
- Svačina** Houska vícezrnná s pomazánkovým máslem, čaj, mléko, čínské zelí  
*obsahuje alergenů: 01,07*

## Pátek 29.1.2021

- Přesnídávka** Pomazánka luštěninová, kulatý chléb, čaj, mléko, mrkev  
*obsahuje alergenů: 01,07,09*
- Polévka** Polévka selská  
*obsahuje alergenů: 01,03,07,09*
- Oběd** Žemlovka s jablky a tvarohem, mandarinka, čaj  
*obsahuje alergenů: 01,03,07*
- Svačina** Pomazánka sýrová s pažitkou, chléb, mléko, čaj, jablko  
*obsahuje alergenů: 01,07*

Seznam alergenů:	01	Obiloviny obsahující lepek	08	Ořechy, mandle, pistácie
	03	Vejce	09	Celer
	04	Ryby	10	Hořčice
	05	Arašídý (podzemnice olejná)	11	Sezamová semena
	06	Sójové boby (sója)	12	Oxid siřičitý a siřičitany
	07	Mléko		



Mateřská škola Planá nad Lužnicí  
ČSLA 515, Planá nad Lužnicí

# Jídelníček

od 01.01.2021 do 31.01.2021

Pitný režim zajištěn po celý den

Vedoucí školní jídelny : M.Holanová

Vrchní kuchařka : M. Švecová

