

# JÍDELNÍČEK

od 07.04.2026 do 10.04.2026

## Úterý 7.4.2026

**přesnídávka** Chléb lněný, pomazánka mrkvová, zeleninová obloha, čaj ovocný (A: 01,03,06,07)  
**Polévka** Vývar masový s bulgurem (A: 09)  
**oběd 1** Fazolový guláš s vepřovým masem, chléb špaldový, džus/ voda/ mléko (A: 01,09)  
**svačina** Šáteček ovocný, mléko (A: 01,03,07)

## Středa 8.4.2026

**přesnídávka** Chléb cibulový, pomazánka rybí s vejcem, zeleninová obloha, čaj s citrónem (A: 01,04,07)  
**Polévka** Zelňačka (A: 01,07,09)  
**oběd 1** Krůtí kostky, brambor, salát z červené řepy, voda/ čaj s citrónem/ mléko (A: 01,07)  
**svačina** Chléb škvarkový, máslo, šunka, zeleninová obloha, sirup (A: 01,07)

## Čtvrtek 9.4.2026

**přesnídávka** Jogurt ovocný, rohlík, čaj ovocný (A: 01,07)  
**Polévka** Vývar s kroupami (A: 01,09)  
**oběd 1** Čínské cereální nudle s kuřecím masem, voda/ džus/ mléko (A: 01,03,07,09)  
**svačina** Chléb, pomazánka rozhuda, zeleninová obloha, kakao (A: 01,07)

## Pátek 10.4.2026

**přesnídávka** Chléb, pomazánka masová, zeleninová obloha, čaj ovocný (A: 01,07)  
**Polévka** Hrachová (A: 01,03,09)  
**oběd 1** Vepřové na kmině, polenta, salát ledový, mošt/ voda/ mléko (A: 01)  
**svačina** Chléb slunečnicový, pomazánkové máslo, sýr, zeleninová obloha, koktejl (A: 01,07)

Jídlo **obsahuje alergeny**. Jejich čísla jsou uvedena v závorce za názvem jídla.

Dobrou chuť.

Změna jídelníčku vyhrazena!

JÍDLO JE URČENO K OKAMŽITÉ SPOTŘEBĚ!

### Červená řepa

- dodává tělu **sílu a energii**
- podporuje **krvotvorbu** a imunitu
- je přirozeně **sladká** a krásně barevná
- pomáhá srdci i svalům

### Špaldový chléb

- je vyrobený ze **starobylého druhu pšenice – špaldy**
- je **lépe stravitelný** než běžný bílý chléb
- obsahuje více **vlákniny a minerálů**
- zasytí na delší dobu

### Polenta

- vyrábí se z **kukuřičné krupice**
- je **přirozeně bezlepková**
- dodává tělu **energii**
- chutná naslano i nasladko

