

JÍDELNÍ LÍSTEK Š ČAKOVICE

16.–20.3.2026

PONDĚLÍ

- SVAČINKA:** Výběr z cereálií, mléko, čerstvé sezónní ovoce (1o,1p,1j,7)
- OBĚD:** Polévka z kořenové zeleniny s rozšlehaným vejcem (9,3)
Hovězí masíčko s rajskou omáčkou, domácí kynutý knedlík (9,3,1p,11)
- SVAČINKA:** Pomazánka z červené čočky, bageta malá světlá , cherry rajčátka (1p,3,7)

ÚTERÝ

- SVAČINKA:** Veka, medové máslo, sezónní ovoce, voda / čaj (1p,1j,3,7)
- OBĚD:** Cizrnová polévka jako gulášová (1š,9)
Omáčka s rozptýleným ptáčkem, dušená rýže (9,3,1š,10)
- SVAČINKA:** Houska s máslem a strouhaným čedarem, výběr z čerstvé zeleninky, voda/čaj (1p,3,7)

STŘEDA

- SVAČINKA:** Výběr z cereálií, mléko, čerstvé sezónní ovoce (1o,1p,1j,7)
- OBĚD:** Kuřecí vývar se zeleninkou a kuskusem (9,1p)
Zapečený tuňák s bramborami, rajčaty, cibulí a sýrem, zelný salát s mrkví (4,7,3)
- SVAČINKA:** Toastové trojhránky z celozrnného chleba s máslem a čerstvou zeleninou (1p,1j,3,7)

ČTVRTEK

- SVAČINKA:** Tvarohový vanilkový krém se zakysanou smetanou, rohlík tukový (1p,1ž,3,6,7)
- OBĚD:** Zeleninová ragú polévka (9,7,1š)
Kruťtí prsa s dýňovou omáčkou a tahini, dušená rýže (9,11,7,1š)
- SVAČINKA:** Cvrčovický chléb, čerstvý sýr žervé, čerstvá zeleninka (1ž,1p,3,7)

PÁTEK

- SVAČINKA:** Pomazánka z tuňáka s kukuřicí, chléb pšenično-žitný, okurka (1p,1ž, 3,6,7,11,12)
- OBĚD:** Hovězí vývar s kořenovou zeleninou a bezpluchým ovsem (9,1o)
Makové palačinky se šlehaným tvarohem a hruškovými povidly (7,1p,3)
- SVAČINKA:** Křehké plátky rýžové, pom. máslo, zeleninový talíř (7)

V závorce jsou uvedeny alergeny obsažené v jídle.

POTRAVINOVÉ ALERGENY

podléhající legislativnímu označování dle směrnice EU 1169/11

1. **OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK a výrobky z nich**
konkrétně: pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich (kromě glukózových sirupů na bázi pšenice, včetně dextrózy, maltodextrinů na bázi pšenice, glukózových sirupů na bázi ječmene, obilnin použitých k výrobě alkoholických destilátů, včetně ethanolu zemědělského původu)
Podskupiny:
1p: obilnina obsahující lepek – pšenice
1ž: obilnina obsahující lepek – žito
1j: obilnina obsahující lepek – ječmen
1o: obilnina obsahující lepek – oves
1š: obilnina obsahující lepek – špalda
1k: obilnina obsahující lepek – kamut
2. **KORÝŠI a výrobky z nich**
3. **VEJCE a výrobky z nich**
4. **RYBY a výrobky z nich**
(kromě rybí želatiny použité jako nosič vitamínových nebo karetonoidních přípravků)
5. **PODZEMNICE OLEJNÁ (ARAŠÍDY) a výrobky z nich**
6. **SOJOVÉ BOBY (SÓJA) a výrobky z nich**
7. **MLÉKO a výrobky z něj, včetně laktózy**
(kromě syrovátky použité k výrobě alkoholických destilátů, včetně ethanolu zemědělského původu, laktinolu)
8. **SKOŘÁPKOVÉ PLODY a výrobky z nich**
konkrétně: mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie a výrobky z nich (kromě ořechů použitých k výrobě alkoholických destilátů, včetně ethanolu zemědělského původu).
Podskupiny:
8a: skořápkové plody a výrobky z nich
– mandle
8b: skořápkové plody a výrobky z nich
– lískové ořechy
8c: skořápkové plody a výrobky z nich
– vlašské ořechy
8d: skořápkové plody a výrobky z nich
– kešu ořechy
8e: skořápkové plody a výrobky z nich
– para ořechy
8f: skořápkové plody a výrobky z nich
– pistácie
8g: skořápkové plody a výrobky z nich
– makadamie
9. **CELER a výrobky z něj**
10. **HOŘČICE a výrobky z ní**
11. **SEZAMOVÁ SEMENA (SEZAM) a výrobky z nich**
12. **OXID SIŘIČITÝ A SIŘIČITANY v koncentracích vyšších než 10 mg, ml/kg, l, vyjádřeno SO₂**
13. **VLČÍ BOB (LUPINA) a výrobky z něj**
14. **MĚKKÝŠI a výrobky z nich**