

# Zidelniček

pondělí 06.07.2026

**STÁTNÍ SVÁTEK ZAVŘENO**

úterý 07.07.2026

**Dop. svač.** **VLASTNÍ**

**Oběd** Zeleninová polévka s pohankou (9) Kuřecí kousky ve smetanové kari omáče, těstoviny s podílem celozrnných (1, 7)

**Odp. svač.** Ciabatta, tvarohová pomazánka s bylinkami, ovoce (1, 7)

středa 08.07.2026

**Dop. svač.** 1/2 grahamového rohlíku, keřirové mléko, ovoce (1, 7)

**Oběd** Zeleninová s bulgurem (1), Trhané hovězí, vařené brambory, Coleslaw s jogurtem (7)

**Odp. svač.** Chléb, fazolová pomazánka, zelenina (1, 6)

čtvrtek 09.07.2026

**Dop. svač.** Žitný chléb, Lučina, ovoce (1, 7)

**Oběd** Gulášová s bramborem, Dukátové buchtičky s vanilkovým krémem (1, 3, 7)

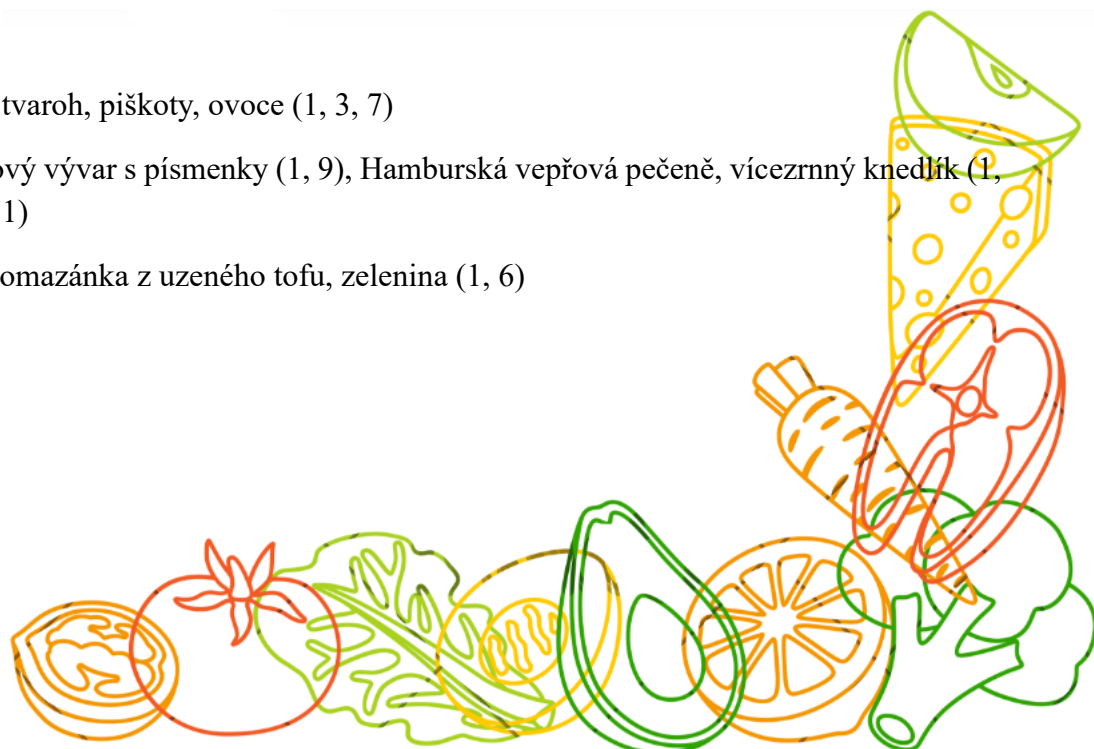
**Odp. svač.** Slunečnicový chléb, tuňáková pěna, zelenina (1, 4, 6, 7)

pátek 10.07.2026

**Dop. svač.** Šlehaný tvaroh, piškoty, ovoce (1, 3, 7)

**Oběd** Zeleninový vývar s písmenky (1, 9), Hamburská vepřová pečeně, vícezrnný knedlík (1, 3, 6, 7, 11)

**Odp. svač.** Chléb, pomazánka z uzeného tofu, zelenina (1, 6)



# Jídelníček

## pondělí 13.07.2026

- Dop. svač.** Mléko, domácí müsli (ovesné vločky, mandlové plátky, kokosové plátky, sušené rozinky), ovoce (1, 7, 8)
- Oběd** Hráškový krém s pečenými chlebovými krutony (1, 6, 7), Rybí rizoto se zeleninou (4)
- Odp. svač.** Slunečnicový chléb, máslo, vařené vejce, zelenina (1, 3, 6, 7)

## úterý 14.07.2026

- Dop. svač.** Grahamový rohlík, domácí jemná drůbeží pomazánka s játry, zelenina, (1, 7)
- Oběd** Pohanková polévka se zeleninou (mrkev, cuketa, pórek, brokolice, květák), Zelené fazolky na smetaně, vařené vejce, brambor (1, 3, 7) (7)
- Odp. svač.** Krupicová kaše sypaná skořicí a cukrem přelitá máslem, ovoce (1, 7) (3, 7)

## středa 15.07.2026

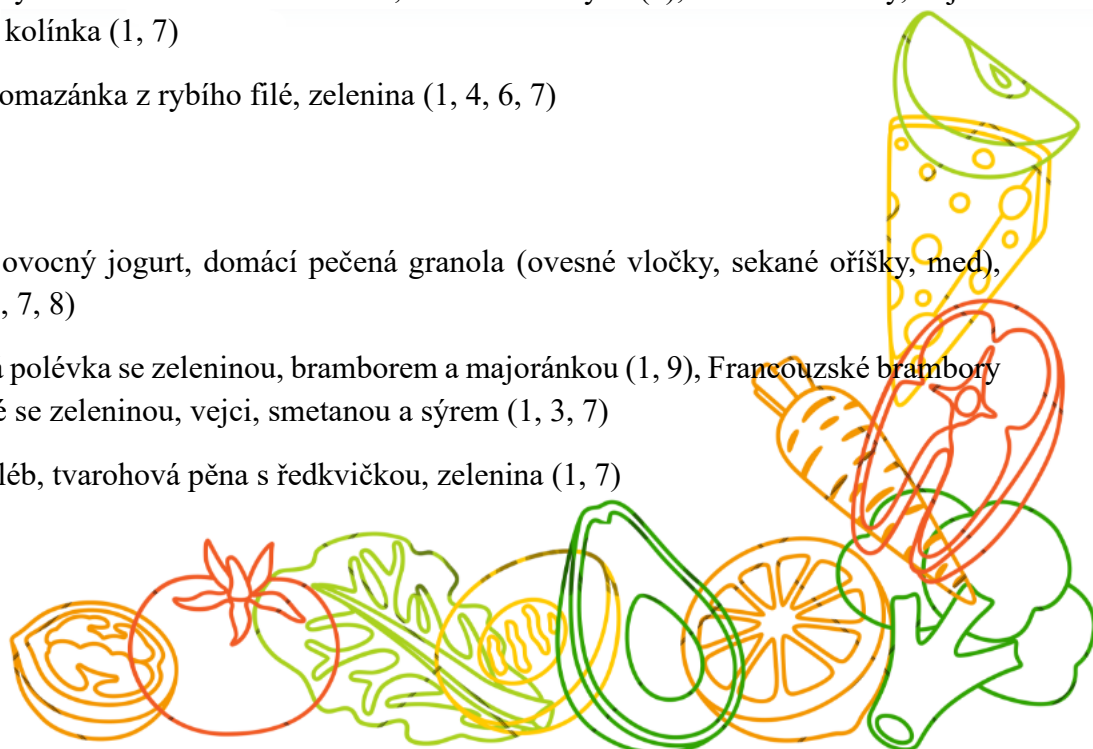
- Dop. svač.** Zrníčková raženka, máslo, mléko, ovoce (1, 7, 11)
- Oběd** Bramborová s hlívou (1, 9), Kuřecí paprikáš, těstoviny s přidavkem celozrnných (1, 7)
- Odp. svač.** Bageta, řecká pomazánka s koprem (Lučina, salátová okurka, kopr, citrónová šťáva, sůl), zelenina (1, 6, 7)

## čtvrtek 16.07.2026

- Dop. svač.** Pastevecká bageta, sýrová pomazánka s kukuřicí, ovoce (1, 7)
- Oběd** Hovězí vývar s kořenovou zeleninou, hráškem a rýží (9), Hovězí kousky, rajská omáčka, kolínka (1, 7)
- Odp. svač.** Chléb, pomazánka z rybiho filé, zelenina (1, 4, 6, 7)

## pátek 17.07.2026

- Dop. svač.** Domácí ovocný jogurt, domácí pečená granola (ovesné vločky, sekané oříšky, med), ovoce (1, 7, 8)
- Oběd** Čočková polévka se zeleninou, bramborem a majoránkou (1, 9), Francouzské brambory zapečené se zeleninou, vejci, smetanou a sýrem (1, 3, 7)
- Odp. svač.** Žitný chléb, tvarohová pěna s ředkvičkou, zelenina (1, 7)



# Zidelniček

## pondělí 20.07.2026

**Dop. svač.** Bílý jogurt, pšeničné klíčky, ovoce (1, 7)

**Oběd** Slepíčí vývar se zeleninou a nudlemi (1, 9), Krutí kousky na bylinkovém másle, šťouchané brambory, zeleninový salát (1, 7)

**Odp. svač.** Žitno – špaldový bochánek, řepná pomazánka, zelenina (1, 7)

## úterý 21.07.2026

**Dop. svač.** Grahamový rohlík, avokádová pomazánka, zelenina (1, 7)

**Oběd** Zeleninová s vejci (3), Jemné indické cizrnové kari s rajčaty a kokosovým mlékem, rýže

**Odp. svač.** Ovesná kaše, ovoce (1, 7)

## středa 22.07.2026

**Dop. svač.** Rohlík, Cottage, ovoce (1, 7)

**Oběd** Květáková s bramborem a kmínem, Špagety bolognese sypané sýrem (1, 7, 9)

**Odp. svač.** Žitný chléb, pomazánka Budapešť, zelenina (1, 7)

## čtvrtek 23.07.2026

**Dop. svač.** Grahamový rohlík, Lučina, ovoce (1, 7)

**Oběd** Zeleninový vývar se zeleninou a kuskusem (1, 9), Bramborové šulánky s mákem, přelité máslem, kompot, mléko (1, 7)

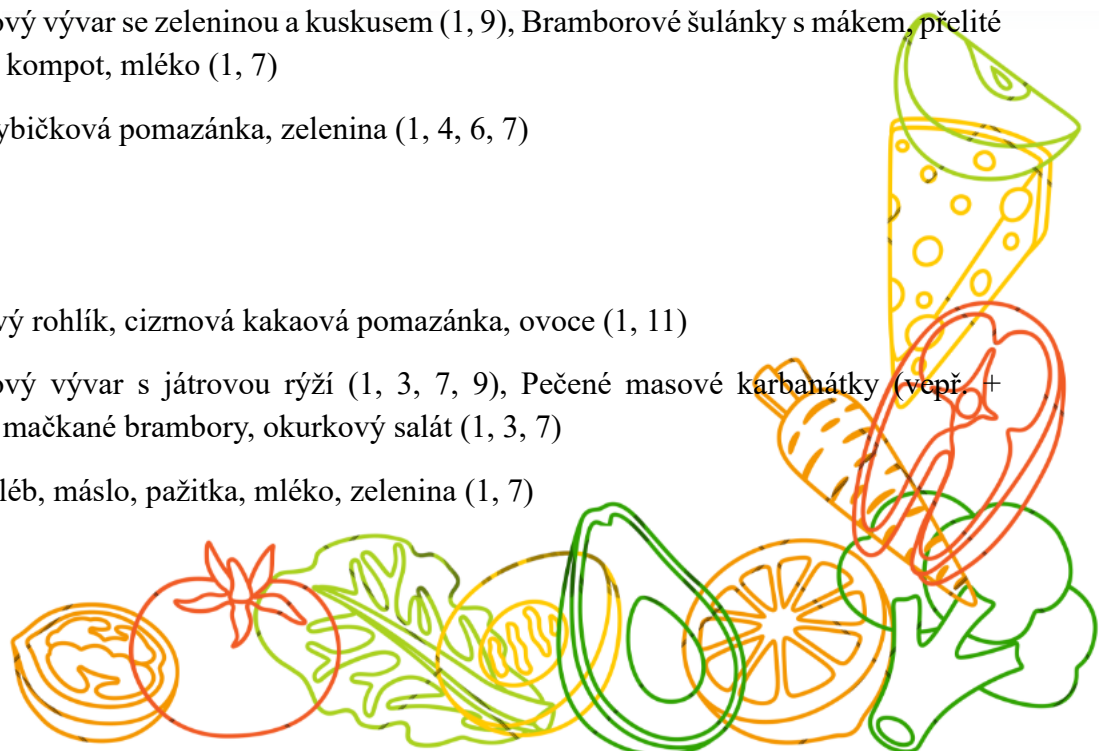
**Odp. svač.** Chléb, rybičková pomazánka, zelenina (1, 4, 6, 7)

## pátek 24.07.2026

**Dop. svač.** Zrníčkový rohlík, cizrnová kakaová pomazánka, ovoce (1, 11)

**Oběd** Zeleninový vývar s játrovou rýží (1, 3, 7, 9), Pečené masové karbanátky (vepř. + hovězí), mačkané brambory, okurkový salát (1, 3, 7)

**Odp. svač.** Žitný chléb, máslo, pažitka, mléko, zelenina (1, 7)



# Jidelniček

## pondělí 27.07.2026

- Dop. svač.** Ovocná Jogobella bez přidaného cukru, jemné ovesné vločky, ovoce (1, 7)
- Oběd** Zeleninová s pohankou lámankou, Rybí kuličky, šťouchané brambory, bylinkový dip, listový salát (1, 3, 4, 7)
- Odp. svač.** Chléb, vajíčková pomazánka, zelenina (1, 3, 6, 7)

## úterý 28.07.2026

- Dop. svač.** Žitný chléb, drožd'ová pomazánka s vejci, zelenina (1, 3, 7)
- Oběd** Zeleninová s fazolkami Adzuki, Letní třibarevný těstovinový salát (barevné těstoviny, rajče, paprika, kostky tvrdého sýru, bazalka, olivový olej) (1, 7)
- Odp. svač.** Šlehaný tvaroh, piškoty, ovoce (1, 3, 7)

## středa 29.07.2026

- Dop. svač.** Zrníčková kaiserka, cizrnový hummus, zelenina (1, 11)
- Oběd** Italská tomatová s bazalkou a smetanou, pečené chlebové krutony (1, 6, 7), Srbské rizoto s vepřovým masem sypané sýrem, nakládaná červená řepa (7)
- Odp. svač.** Mléčná rýže, ovoce (7)

## čtvrtek 30.07.2026

- Dop. svač.** Kefír, 1/2 grahamového rohlíku, ovoce (1, 7)
- Oběd** Kulajda s vejci (1, 3, 7), Dušený špenát, vařené vejce, bramborový knedlík (1, 3)
- Odp. svač.** Chléb, máslo, strouhaný sýr, zelenina (1, 6, 7)

## pátek 31.07.2026

- Dop. svač.** Ciabatta, domácí pomazánkové máslo, ovoce (1, 7)
- Oběd** Hovězí vývar těstovinovými písmenky (1, 9), Pečený kuřecí řízek, mačkané brambory s máslem, rajčatový salát (1, 3, 7)
- Odp. svač.** Chléb, tuňáková pomazánka, zelenina (1, 4, 6, 7)

