

od 06.01.2025 do 31.01.2025

Pondělí 6.1.2025

snídaně čaj, rohlíky, chléb, máslo, med, džem, nutella, sýr, cereálie, zelenina
přesnídáv. koláček, ovoce
polévka hovězí s rýží a hráškem
oběd 1 balatonská drůbeží směs, chléb
oběd 2 brokolicev salát se šunkou a sýrem, opečený bylinkový toust - 2ks
večeře 1 hovězí debrecínský guláš, chléb
večeře 2 krupicová kaše sypaná kakaem, kompot
Druhá veř. dezert

Úterý 7.1.2025

snídaně čaj, káva, rohlíky, chléb, máslo, šunka, zelená okurka, cereálie
přesnídáv. listový koláček, mandarinka
polévka gulášová
oběd 1 pomalu pečné hovězí v silné cibulové omáče s pestrými fazolkami, brambory
oběd 2 bramborové copánky sypané mákem, kompot
večeře 1 rizoto z vepřového masa, sýr, okurka
večeře 2 pařížský salát, pečivo
Druhá veř. musli tyčinka

Středa 8.1.2025

snídaně čaj, kakao, rohlíky, chléb, máslo, pomazánkové s bylinkami, rajče, cereálie
přesnídáv. makový závin, hruška
polévka česnečka
oběd 1 rybí filé s brusinkovým přelivem, brambory, zelenina mix
oběd 2 těstovinový salát s kuřecím masem a listovým špenátem
večeře 1 švédské brambory (zapečené se 3 druhy sýrů a pórkem), červená řepa
večeře 2 hot dog, zelenina
Druhá veř. moučník

Čtvrtek 9.1.2025

snídaně čaj, káva, rohlíky, chléb, máslo, hermelín, paprika, cereálie
přesnídáv. koblih, banán
polévka hrachová
oběd 1 sekaný kuřecí řízek se zeleninou, šťouchané brambory
oběd 2 smažený celer, brambory, tatarská omáčka, zeleninový salát
večeře 1 špagety s vepřovým masem a drcenými rajčaty, sýr
večeře 2 obložená bageta, zelenina
Druhá veř. dezert

Pátek 10.1.2025

snídaně čaj, kakao, rohlíky, chléb, máslo, vajíčkový krém, zelenina, cereálie
přesnídáv. ořechový koláček, pomeranč
polévka zeleninová se sýrovými noky
oběd 1 svratecký guláš, houskový knedlík
oběd 2 masové lasagne

od 06.01.2025 do 31.01.2025

Pondělí 13.1.2025

snídaně čaj, rohlíky, chléb, máslo, med, džem, nutella, sýr, zelenina, cereálie
přesnídáv. koláček, jablko
polévka zeleninová s kuskusem a vejci
oběd 1 kuře na paprice, houskový knedlík
oběd 2 rýžový nákyp se švestkami, ovoce
večeře 1 BBQ kuřecí nugetky, bramborová kaše, zeleninový salát
večeře 2 obložený talíř, zelenina, pečivo
Druhá več. šlehaný tvaroh

Úterý 14.1.2025

snídaně čaj, káva, rohlíky, chléb, máslo, paštika, zelená okurka, cereálie
přesnídáv. plundrový koláček, hruška
polévka bramborová
oběd 1 čočka na kyselo, vařená vejce, chléb, okurka
oběd 2 sekaná pečeně s tuňákem, bramborová kaše, zeleninový salát
večeře 1 sýrový špíz, brambory, tatarská omáčka, zeleninový salát
večeře 2 mléčná - jogurtový nápoj, žervé, ovocný jogurt, pečivo
Druhá več. ovocný džus

Středa 15.1.2025

snídaně čaj, kakao, rohlíky, chléb, máslo, šunková pěna, paprika, cereálie
přesnídáv. loupáček, hroznové víno
polévka zeleninová s krupicovými noky
oběd 1 zapečené těstoviny s uzeným masem, okurka
oběd 2 italský cizrnový salát (bez masa)
večeře 1 poděbradské vepřové kostky, těstoviny
večeře 2 vege burger
Druhá več. moučník

Čtvrtek 16.1.2025

snídaně čaj, káva, rohlíky, chléb, máslo, rybičková pomazánka, rajče, cereálie
přesnídáv. koláček, pomeranč
polévka hrstková
oběd 1 vepřová kotletka znojemská, rýže, salát z čínského zelí
oběd 2 pražená rýže s kuřecím masem po asijsku
večeře 1 oložená pletýnka, zelenina
večeře 2 hovězí pečeně, rajska omáčka, houskový knedlík
Druhá več. oplatek

Pátek 17.1.2025

snídaně čaj, káva, rohlíky, chléb, máslo, dietní párky, hořčice, kečup, zelenina, cereálie
přesnídáv. jogurt, ovoce
polévka uzená s kroupami
oběd 1 kuře na zelí, bramborový knedlík
oběd 2 brokolice zapečená s brambory

od 06.01.2025 do 31.01.2025

Pondělí 20.1.2025

snídaně čaj, rohlíky, chléb, máslo, med, džem, nutella, sýr, zelenina, cereálie
přesnídáv. kynutý koláček, jablko
polévka koprová
oběd 1 kuřecí nudličky s čínskou zeleninou, rýže, sekaná petrželka
oběd 2 rýžová kaše sypaná skořicí, kompot
večeře 1 pizza - tuňák, sušená rajčátka
večeře 2 pečený karbenátek, bramborová kaše, zelenina mix
Druhá več. cereální tyčinka

Úterý 21.1.2025

snídaně čaj, káva, rohlíky, chléb, máslo, sardinková pomazánka, rajče, cereálie
přesnídáv. vánočka, banán
polévka zeleninová
oběd 1 pečená rybí treska s krustou z kukuřičných lupínků, bramborovo - dýňová kaše, sekaná petrželka
oběd 2 hovězí guláš, houskový knedlík
večeře 1 ruské vejce, rohlíky
večeře 2 vepřové kostky na paprice, těstoviny
Druhá več. moučník

Středa 22.1.2025

snídaně čaj, kakao, rohlíky, chléb, máslo, šunka, zelená okurka, cereálie
přesnídáv. sladký rohlík, mandarinka
polévka hovězí s těstovinou
oběd 1 vepřová pečeně zbojnická, houskový knedlík
oběd 2 drůbeží karbenátek s červenou řepou a cizrnou, bramborová kaše, polníček
večeře 1 halušky s uzeným masem a zelí
večeře 2 ovocný salát, loupáček
Druhá več. dezert

Čtvrtek 23.1.2025

snídaně čaj, káva, rohlíky, chléb, máslo, salám herkules, rajče, cereálie
přesnídáv. koláček, ovoce
polévka hovězí s játrovou rýží
oběd 1 kuřecí stehno pečené, rýže, kompot
oběd 2 jaternicový prejt, brambory, salát z kysaného zelí
večeře 1 kuřecí steak s grilov. angl. slaninou, brambory, zeleninová obloha
večeře 2 mléčná - jogurtový nápoj, sýr, ovocný jogurt, pečivo
Druhá več. ovocný džus

Pátek 24.1.2025

snídaně čaj, kakao, rohlíky, chléb, máslo, dietní párky, hořčice, kečup, zelenina, cereálie
přesnídáv. ovocný koláček, pomeranč
polévka z vaječné jíšky
oběd 1 smažený vepřový řízek, brambory, okurka
oběd 2 generálská vepřová játra, rýže, steril. kapie

od 06.01.2025 do 31.01.2025

Pondělí 27.1.2025

snídaně čaj, rohlíky, chléb, máslo, med, džem, nutella, salám vysočina, zelenina, cereálie
přesnídáv. listový koláček, jablko
polévka dršťková z hlívy ústříčné
oběd 1 vepřová pečeně na kmíně, rýže, červená řepa
oběd 2 švédské brambory (se 3 druhy sýrů a pórkem), červená řepa
večeře 1 záhorácký závitok, brambory, kompot
večeře 2 krabí salát, zelenina, pečivo
Druhá več. moučník

Úterý 28.1.2025

snídaně čaj, kakao, rohlíky, chléb, máslo, uzený sýr, zelená okurka, cereálie
přesnídáv. donut, mandarinka
polévka hovězí s nudlemi
oběd 1 bulgur s kuřecím masem a zeleninou, sýr, zeleninový salát
oběd 2 irské hovězí dušené s mrkví, bramborová kaše s jarní cibulkou
večeře 1 kuřecí kostky na žampionech, rýže, sekaná petrželka
večeře 2 tortilla s kuřecím masem a zeleninou
Druhá več. dezert

Středa 29.1.2025

snídaně čaj, kakao, rohlíky, chléb, máslo, pomazánka z rybiček, paparika, cereálie
přesnídáv. loupáček, banán
polévka kapustová s rýží
oběd 1 uzené maso, hrachová kaše, chléb, okurka
oběd 2 vepřová pečeně na tymiánu, brambory, dušená zelenina s bylinkami
večeře 1 těstovinový salát k kuřecím masem a grilovanou paprikou
večeře 2 smažený vepřový řízek, chléb, okurka
Druhá več. oplatek

Čtvrtek 30.1.2025

snídaně čaj, káva, rohlíky, chléb, máslo, debrecínka, zelená okurka, cereálie
přesnídáv. ovsenka, pomeranč
polévka rajská s těstovinou
oběd 1 pastevecký krutí perkelt s haluškami
oběd 2 dukátové buchtičky s vanilkovým krémem

Pátek 31.1.2025

přesnídáv. pololetní prázdniny
polévka čočková
oběd 1 maminčino kuře, těstoviny (s játry)

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

Seznam alergenů:

SPŠ Žďár nad Sázavou

jídelníček sestavili: Hana Lukášková, Jan Kirchner