

# JÍDELNÍ LÍSTEK 20.1.-24.1.2025

## DIETA s omezením lepku a bezmléčná

### Pondělí 20.1.2025

RS	jogurt Alpro (06), kukuřičné lupínky, banán, čaj ovocný
Polévka	bramborová s pohankou (09)
Hl. Jídlo	boloňské špagety bezlepkové (06, 09), banán děti MŠ NE, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkové pečivo (13), Flora s bylinkami, paprika, čaj ovocný

### Úterý 21.1.2025

RS	bezlepkové pečivo (13), pomazánka z tuňáka (04), rajčátko, čaj ovocný
Polévka	hrachová s bezlepkovými kuličkami (09)
Hl. Jídlo	čevabčiči (03,06), vařené brambory, dresing z veganské majonézy (06), kukuřice Bonduelle jako obloha, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkové pečivo (13), čokoládová pomazánka, mandarinka, čaj ovocný

### Středa 22.1.2025

RS	bezlepkové pečivo (13), pomazánka vaječná s mrkví (03), kedluben, čaj ovocný
Polévka	z bezlepkových vloček se zeleninou (09)
Hl. Jídlo	kuře na paprice (06), bezlepkové houskové knedlíky (03,06), jablko děti MŠ NE, minerálka/voda
OS	bezlepkové pečivo (13), Perla, plátek bezlaktózového sýra, jablko, čaj ovocný

### Čtvrtek 23.1.2025

RS	bezlepkové pečivo (13), pomazánka z avokáda, mrkev, čaj ovocný
Polévka	květákově-brokolicevý krém (09)
Hl. Jídlo	rybí filé smažené v troubě (03,06), bramborová kaše z rostlinného mléka (06), broskvový kompot, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepkové pečivo (13), Rama plant, okurka, čaj ovocný

### Pátek 24.1.2025

RS	bezlepkové pečivo (13), pomazánka cizrnová, ředkvička, čaj ovocný
Polévka	hovězí vývar s bezlepkovými těstovinami (09)
Hl. Jídlo	vepřová pečeně na kmínu (06), dušená rýže, mrkvový salát s citronem, ovocná šťáva/voda
OS	bezlepková povidlová buchta (03,06), hrozny 50g, čaj ovocný

**Seznam alergenů je k dispozici na [www.sjholecova.cz](http://www.sjholecova.cz)**

**Vedoucí školní jídelny: Bc. Pavla Hybenová**

**Dietní kuchařka: Marie Kolářová**