

ŘÍJEN 2026

JÍDELNÍČEK od 5. 10. do 9. 10. 2026 RECEPTY Z JIŽNÍCH ČECH

PONDĚLÍ 5. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, vaječná pomazánka, okurky, čaj (1a, b, 3, 7)
- *polévka:* z vaječné jíšky (1a, 3, 9)
- *oběd č. 1:* zapečené brambory se slaninou a šunkou, kysané zelí (3, 7)
- *oběd č. 2:* protivínská roštěná (slanina, sušené houby), rýže, salát z kysaného zelí (1a)
- *svačina:* rohlík tmavý, celerová pomazánka, jablko, čaj (1a, b, 3, 7, 9)

ÚTERÝ 6. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, míchaná pomazánka, mrkev, čaj (1a, b, 3, 7, 10, 12)
- *polévka:* s játrovými noky (1a, 3, 9)
- *oběd č. 1:* kynuté knedlíky s borůvkami a tvarohem, jablko (1a, 3, 7, 12)
- *oběd č. 2:* jihočeský gulášek (*lečo, cizma*), zeleninový kuskus (1a, 12)
- *svačina:* rohlík se záparou, ořechová pomaz., švestka, čaj (1a, 3, 7, 8a)

STŘEDA 7. 10. 2026

- *přesnídávka:* vánočka, ovocné mléko, banány (1a, 3, 7)
- *polévka:* zeleninová s rýží a hráškem (1a, 9, 12)
- *oběd č. 1:* čoučka na kyselo, vejce, chléb (1a, b, 3, 7)
- *oběd č. 2:* cizmové zelí s uzeným masem, bramborové knedlíky (1a, 3)
- *svačina:* chléb, škvarková pomazánka, rajčata, čaj (1a, b, 3, 7, 10, 12)

ČTVRTEK 8. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, pomazánka z lučiny a červené řepy, čaj, paprika (1a, b, 3, 7)
- *polévka:* brokolicevá s houskou (1a, 3, 7, 9)
- *oběd č. 1:* smažený květák, brambory, okurkový salát (1a, 3, 7, 12)
- *oběd č. 2:* jihočeská ryba, brambory, okurkový salát (4, 7, 12)
- *svačina:* pletýnka s mákem, lahůdková pomazánka, broskve (1a, 3, 7)

PÁTEK 9. 10. 2026

- *přesnídávka:* rohlík, příbinaček, hruška, čaj (1a, 3, 7)
- *polévka:* kroupová (1d, 9)
- *oběd č. 1:* hovězí maso, křenová omáčka, houskový knedlík (1a, 3, 7)
- *oběd č. 2:* špenátovo-smetanové těstoviny s kuřecím masem (1a, 3, 7)
- *svačina:* chléb, liptovská pomazánka, okurek, čaj (1a, b, 3, 4, 7)

JÍDELNÍČEK od 19. 10. do 23. 10. 2026

PONDĚLÍ 19. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, francouzská pomazánka, mrkev, čaj (1a, b, 3, 7)
- *polévka:* dýňová s houskou (1a, 3, 7, 9)
- *oběd č. 1:* rybí filé zapečené se sýrem, brambory, okur. salát (4, 7)
- *oběd č. 2:* kotleta na jablkách, brambory, okurkový salát (1a, 7)
- *svačina:* rohlík tmavý, máslo, tvrdý sýr, jablko, čaj (1a, 3, 7)

ÚTERÝ 20. 10. 2026

- *přesnídávka:* rohlík, ovocný jogurt, hrozny, čaj (1a, 3, 7)
- *polévka:* gulášová (1a, 9)
- *oběd č. 1:* dukátové buchtičky s krémem, ovocné mléko, banán (1a, 3, 7)
- *oběd č. 2:* vepřové maso na zelenině, rýže, rajčatový salát (1a, 9)
- *svačina:* chléb, židovská pomazánka, okurek, čaj (1a, b, 3, 7)

STŘEDA 21. 10. 2026

- *přesnídávka:* ořechový závin, ovocné mléko, banány (1a, 3, 7, 8c)
- *polévka:* hovězí s drobením (1a, 9)
- *oběd č. 1:* hovězí maso, rajská omáčka, těstoviny (1a, 3, 7, 9, 12)
- *oběd č. 2:* mexické kuře, zeleninový kuskus (1a, 9, 12)
- *svačina:* chléb, tvarohová pomazánka, rajčata, čaj (1a, 3, 7)

ČTVRTEK 22. 10. 2026

- *přesnídávka:* pletýnka s mákem, sýrová pomaz., mandarinka (1a, 3, 7)
- *polévka:* kmínová (1a, 3, 7, 9)
- *oběd č. 1:* špenát dušený, vejce, bramborový knedlík (1a, 3, 7, 12)
- *oběd č. 2:* přírodní kuřecí plátek (*šunka, sýr cihla, ster. okurky*), rýže, kompot červená řepa (1a, 7, 12)
- *svačina:* chléb, pomazánka z křenu a žervé, čaj, okurek (1a, 3, 7)

PÁTEK 23. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, námoňnická pomazánka, paprika, čaj (1a, b, 3, 4, 7)
- *polévka:* fazolová (1a, 9)
- *oběd č. 1:* těstovinový salát se sýrem, mrkvový salát (1a, 3, 7, 9, 12)
- *oběd č. 2:* pražská pečeně, rýže, mrkvový salát (1a, 3, 12)
- *svačina:* kobliha, ovocné mléko, hruška (1a, 3, 7)

JÍDELNÍČEK od 12. 10. do 16. 10. 2026

PONDĚLÍ 12. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, pomořanská pomazánka, mrkev, čaj (1a, b, 3, 7)
- *polévka:* rajská s těstovinou (1a, 3, 9, 12)
- *oběd č. 1:* křupavá mořská štika, brambory, okurkový salát (1a, 3, 4)
- *oběd č. 2:* vranovský bifteček, brambory, okur. salát (1a, 3, 7, 12)
- *svačina:* rohlík, máslo, nugeta, jablko, čaj (1a, 3)

ÚTERÝ 13. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, drožd'ová pomazánka, okurky, čaj (1a, b, 3)
- *polévka:* hrstková (1a, 9)
- *oběd č. 1:* pizza se šunkou a sýrem (1a, 3, 7, 12)
- *oběd č. 2:* vepřové a la bažant, rýže, kompot červená řepa (1a, 9)
- *svačina:* veka, máslo, sýr cihla, hrozny, čaj (1a, 3, 7)

STŘEDA 14. 10. 2026

- *přesnídávka:* loupáček s mákem, ovocné mléko, banány (1a, 3, 7)
- *polévka:* zeleninová se sýrovým kapáním (1a, 3, 7, 9)
- *oběd č. 1:* svičková na smetaně, vepřová pečeně, houskový knedlík (1a, 3, 7, 9, 10, 12)
- *oběd č. 2:* zapečená brokolice se sýrem, bageta (1a, 3, 7, 12)
- *svačina:* chléb, brukvová pom. s cibulí, rajčata, čaj (1a, b, 3, 7)

ČTVRTEK 15. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, cizrnová pomazánka s česnekem, okurky, čaj (1a, b, 3, 7, 12)
- *polévka:* vložková (1d, 9)
- *oběd č. 1:* zapečené fličky s bramborem, salát z kysaného zelí (1a, 3, 7, 12)
- *oběd č. 2:* bramborový knedlík plněný uzeným masem, kysané zelí (1a, 3, 12)
- *svačina:* rohlík se záparou, luční pomazánka, čaj, mandarinka (1a, 3, 7)

PÁTEK 16. 10. 2026

- *přesnídávka:* pudink, piškot, hrušky, čaj (1a, 3, 7)
- *polévka:* bramborová (1a, 9)
- *oběd č. 1:* zeleninové rizoto se sýrem, mrkvový salát (7, 9, 12)
- *oběd č. 2:* šun. klobása, hrachová kaše, chléb, ster. okurek (1a, b, 12)
- *svačina:* chléb, dobrošská pomazánka, paprika, čaj (1a, 3, 7)

JÍDELNÍČEK od 26. 10. do 30. 10. 2026

PONDĚLÍ 26. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, budapešťská pomazánka, čaj, mrkev (1a, 3, 7)
- *polévka:* zeleninová s drožd'ovými noky (1a, 3, 7, 9)
- *oběd č. 1:* sicilské nudličky, rýže, okurkový salát (1a)
- *svačina:* rohlík, příbinaček, čaj, hruška (1a, 3, 7)

ÚTERÝ 27. 10. 2026

- *přesnídávka:* chléb, humrová pomazánka, čaj, okurek (1a, 3, 4, 7)
- *polévka:* slepičí s těstovinou (1a, 3, 9)
- *oběd č. 1:* těstoviny se sýrovo – bazalkovou omáčkou (1a, 3, 7)
- *svačina:* veka, šunková pěna, čaj, hrozny (1a, 3, 7)

STŘEDA 28. 10. 2026 - STÁTNÍ SVÁTEK

ČTVRTEK 29. 10. 2026 - PODZIMNÍ PRÁZDNINY

- *přesnídávka:* koláč s tvarohem, ovocné mléko, banány (1a, 3, 7)
- *polévka:* květáková s bramborem (1a, 9, 12)
- *oběd č. 1:* obalované rybí filé se sýrem, brambory, okurkový salát (1a, 3, 4, 7)
- *svačina:* chléb, balkánská pomazánka, čaj, rajčata (1a, 3, 7)

PÁTEK 30. 10. 2026 - PODZIMNÍ PRÁZDNINY

- *přesnídávka:* rohlík se záparou, medové máslo, čaj, jablko (1a, 3, 7)
- *polévka:* hrachová s houskou (1a, 3, 9)
- *oběd č. 1:* kuřecí maso na kari, zeleninový kuskus (1a, 9, 12)
- *svačina:* chléb, pažitková pomazánka, čaj, okurek (1a, 3, 7)