Jídelníček březen 2020

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**2.3.PO \*** Krémová květáková/1,3,7 *\*květák\* mléko\*smetana\*cibule\*mouka\*máslo\*bylinky*

Špagety GF Bolognese/9

*\*hovězí maso\*cibule\*česnek\*sekaná rajčata\*rajský protlak\*mrkev\*celer\*petržel\*GF těstoviny*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**3.3.ÚT \*** Zeleninová polévka se špeclemi/1,3,7,9*\*květák\*mrkev\*hrášek\*celer\*špecle*

Přírodní vepřová kotleta, šťouchané brambory, salát /0

*\*vepřová kotleta\*brambory\*cibule\*bylinky\*jarní cibulka\*sezonní zelenina*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**4.3.ST \*** Hrstková /1,7,9*\*cibule\*česnek\*hnědá a červená čočka\*mrkev\*celer\*fazole\*hrášek*

Svíčková hovězí pečeně na smetaně s brusinkami, houskový knedlík/1,3,7,9,10

*\*hovězí maso\*cibule\*mrkev\* celer\*hořčice\*slanina\*ocet\*smetana\*mouka\*vejce\*mléko\*brusinky*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg **5.3.ČT \*** Hovězí vývar s rýží/9 *\*hovězí  maso \*cibule\* mrkev\*celer\*petržel\*rýže parboiled*

Kuřecí kousky se zelenými fazolkami, rýže basmati /7

*\*kuřecí maso\*cibulka\*smetana\*zelené fazolky\*bylinky*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**6.3.PÁ \*** Bramborová s čočkou belugou/1,7,9 *\*brambory\*čočka beluga\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel*

Brokolicové placičky s červenou čočkou, bramborová kaše /1,3,7 **VEGETARIAN**

*\*brokolice\*vejce\*červená čočka\*cibulka\*brambory\*mléko\*bylinky\*ovesné vločky\*chia semínka*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**9.3.PO \***  Rajská s rýží/1,7 *\*sekaná rajčata\*rajský protlak\*cibule\*máslo\*mouka*

Kuřecí prsa na rozmarýnu, vařený brambor /1,7

*\*kuřecí prsa\* rozmarýn\*brambor\* máslo\*bylinky*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**10.3.ÚT \*** Bramborová se špaldovými vločkami /1,7,9*\*brambory\*špalda\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel\*bylinky*

Trhaná kachna, bramborový knedlík, červené zelí /1,3,7

*\*kachní maso\*brambory\*jemná krupička\*vejce\*červené zelí\*cibule*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**11.3.ST \*** Hrachová /1,7 *\*žlutý hrách\*cibule\*česnek\* majoránka\*mléko*

Obalované kuřecí stripsy s vařeným bramborem a petrželkou /1,3,7,10

*\*kuřecí prso\*mouka\*vejce\*strouhanka\*brambory \*máslo*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**12.3.ČT \*** Kuřecí vývar s tarhoní /1,3,9*\*kuře\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*těstoviny tarhoně*

Fazolový guláš s basmati rýží  /1 **VEGETARIAN**

*\*fazole\*cibule\*rajský protlak\*sekaná rajčata\*bazalka\*koření\*olivový olej\*máslo\* rýže*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**13.3.PÁ \*** Kulajda/1,3,7 *\*brambory\*cibule\*mléko\*smetana\*kopr\*vejce\*houby\*koření*

Těstovinová kolínka s vepřovým ragú/1,3,7

*\*těstoviny\*vepřová plec\*hladkolistá petržel\*česnek\*cibule\*olivový olej\*směs tvrdých strouhaných sýrů*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**16.3.PO \***  Podzimní zeleninová polévka s rýží parboiled /1,7,9*\* květák\*mrkev\*hrášek\*celer\*rýže parboiled*

Pečené krůtí stehno na tymiánu a česneku s těstovinami/1,3

*\*krůtí maso\*těstoviny\*olej\*tymián\*česnek\*sůl*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**17.3.ÚT \*** Mrkvový krém s kurkumou/1,7,9 *\*mrkev\*cibule\*celer\*kurkuma\*smetana\*mléko*

Hovězí kostky na česneku se špenátem a bramborovým knedlíkem /1,3,7

*\*vepřová kýta\*cibule\*kmín \*smetana\*česnek\*sůl\*brambory\*mouka\*vejce*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**18.3.ST \*** Fazolová /1,7 *\*cibule\*mléko\*smetana\*fazole\*česnek\*mouka\*olej*

Čínské sójové nudličky, parboiled rýže/1,6    **VEGETARIAN**

*\*sójové nudličky\*solamyl\*sójová omáčka\*balzamico\*sweet chilli\*pórek\*paprika červená\*hlávkové zelí\*rajský protlak\*rýže parboiled*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**19.3.CT \***Hovězí vývar s játrovým kapáním/1,3,7,9*\*hovězí  maso\*cibule\* mrkev\*celer\*petržel\*rýže\*játra\*vej*

Farfalle parmazánovou omáčkou s cuketkou/1,7  **VEGETARIAN**

*\*těstoviny\*smetana\*cibule\*česnek\*cuketa\*parmazán\*bylinky*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**20.3.PA \*** Bramborový krém s batáty a mrkví/1,7 *\*brambory\*batáty\*mrkev\*cibule*

Vepřové výpečky se zelím a bramborovým knedlíkem/1,3,7

*\*vepřová kýta\*cibule\* česnek\*máslo\*zelí\*ocet\*cukr\*brambory\* vejce\*mléko\*mouka*

https://lh6.googleusercontent.com/egpo80buxXTzQUB5hOSfihszOcgIcOX9IQu-lNWcxxHJELdTOkFmqQ33Ix-o-538-oP_VUjhWo8dKayZaQbjpAGwCBqEP7hpnXg0mSYGcchkyNCv0oO5xYhUNg-erPcTJYRra-jYy8CvcfbMWg**23.3.PO \*** Brokolicová/1,3,7*\*brokolice\*cibule\*smetana*

Adzuki fazole, grilovaná zelenina, jasmínová rýže/0 **VEGETARIAN**

*\*fazole Adzuki\*cibule\*rajčata\*paprika\*bylinky\*jasmínová rýže\*grilovaná zelenina*

https://lh4.googleusercontent.com/aTTzqOgY_m7V1u00R-39G_dluixclJdsAMEIFzfZevJ_Y6v9gsswevYjfCjX1crRWfW9UtRIP8VJokcFM7gbnavWKFq1DbhOseTI926HFSUPjIWChLK0ARFRRgDh_jlBgaYp_Afy6aLoasCm4eASbNc**24.3.UT \*** Zeleninová s mořskou řasou/1,9 *\*brambory\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*mořská řasa*

Krůtí stehenní maso na způsob ala bažant, jasmínová rýže /1

*\*krůtí maso\*divoké koření\* cibule\*slanina\*rýže*

https://lh4.googleusercontent.com/aTTzqOgY_m7V1u00R-39G_dluixclJdsAMEIFzfZevJ_Y6v9gsswevYjfCjX1crRWfW9UtRIP8VJokcFM7gbnavWKFq1DbhOseTI926HFSUPjIWChLK0ARFRRgDh_jlBgaYp_Afy6aLoasCm4eASbNc**25.3.ST \*** Z červené čočky a rajčat/1,7 *\*červená čočka\*rajčata\*cibule\*česnek\*majoránka*

Holandský řízek s bramborovou kaší /1,3,7,10

*\*vepřové maso\*sýr\*strouhanka\*brambory\*máslo\*mléko*

https://lh4.googleusercontent.com/aTTzqOgY_m7V1u00R-39G_dluixclJdsAMEIFzfZevJ_Y6v9gsswevYjfCjX1crRWfW9UtRIP8VJokcFM7gbnavWKFq1DbhOseTI926HFSUPjIWChLK0ARFRRgDh_jlBgaYp_Afy6aLoasCm4eASbNc**26.3.ČT \*** Kuřecí vývar s těstovinovou rýží /1,3,9*\*kuře\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*těstovina-rýže*

Dýňové gnocchi se špenátovou omáčkou / 1,3,7  **VEGETARIAN**

*\* brambory\*dýně\*kurkuma\*mouka\* semínka\*smetana\*listový špenát\*česnek\*cibule*

https://lh4.googleusercontent.com/aTTzqOgY_m7V1u00R-39G_dluixclJdsAMEIFzfZevJ_Y6v9gsswevYjfCjX1crRWfW9UtRIP8VJokcFM7gbnavWKFq1DbhOseTI926HFSUPjIWChLK0ARFRRgDh_jlBgaYp_Afy6aLoasCm4eASbNc**27.3.PÁ \*** Kapustová s brambůrkem/1,7,9 *\*kapusta\*cibule\*brambory\*celer\*mrkev*

Kuře na paprice, kolínka /1,3,7

*\*kuřecí prsa\*paprika sladká\*smetana\*mouka\*droždí\*vejce\*těstoviny-kolínka*

https://lh4.googleusercontent.com/aTTzqOgY_m7V1u00R-39G_dluixclJdsAMEIFzfZevJ_Y6v9gsswevYjfCjX1crRWfW9UtRIP8VJokcFM7gbnavWKFq1DbhOseTI926HFSUPjIWChLK0ARFRRgDh_jlBgaYp_Afy6aLoasCm4eASbNc**30.3.PO \*** Krémová z červené řepy/1,7,9 *\*řepa\*cibule\*mléko\*smetana\*máslo\*celer\*\*koření\*křen\**

Krůtí nudličky na kurkumě se zeleninovými kroupami /1,7

*\*krůtí prsa\*kurkuma\*smetana\*kroupy\*zelenina\*cibulka\*bylinky*

https://lh4.googleusercontent.com/aTTzqOgY_m7V1u00R-39G_dluixclJdsAMEIFzfZevJ_Y6v9gsswevYjfCjX1crRWfW9UtRIP8VJokcFM7gbnavWKFq1DbhOseTI926HFSUPjIWChLK0ARFRRgDh_jlBgaYp_Afy6aLoasCm4eASbNc**31.3.ÚT \*** Bramborová s pohankou/1,3,7,9 *\*brambory\*pohanka\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel*

Hovězí maso po Štěpánsku s parboiled rýží/1,7,10

*\*hovězí zadní\*vejce\*hořčice\*cibule\*rýže parboiled*

**Přejeme dobrou chuť!**

**Tým Ekolandia**

*Splnění spotřebního koše pro školy je garantováno u každé varianty  samostatně a u MŠ při současném odběru svačin. Použité zkratky u varianty 4: GF – (Gluten free) bezlepková varianta, DF – (Dairy free) bezlaktózovávarianta,Při přípravě jsou použity jen suroviny bez obsahu alergenu (lepek, laktóza), pro přesné složení jídel použijte kontakty níže. V pokrmech varianty 4 mohou být ale stopy lepku, neboť je připravujeme v kuchyni, kde se lepek zpracovává.  Ovoce, čerstvá zelenina a mléko je dodáváno zvlášť mimo uvedené složení jídelníčku a to dle norem vyhlášky o školním stravování. Pitný režim: čistá voda, voda ochucená citrónem nebo pomerančem, mléko.* ***Změna jídelníčku vyhrazena.***