ZÁKLADNÍ ŠKOLA
HLUBOKÁ NAD VLTAVOU
"ŠKOLA PRO ŽIVOT"

ZŠ Hluboká nad Vltavou, Karla Čapka 800
373 41 Hluboká nad Vltavou
Školní jídelna: 387 966 151 (08:00 – 13:00)
e-mail: jana.janska@zs-hluboka.cz

JÍDELNÍ LÍSTEK NA MĚSÍC ŘÍJEN 2026

DATUM				ALERGEN
1.10.	Pohanková se zeleninou	*9*	1, Kuřecí prsa po dalmatinsku (cibule, rajčata, bazalka), opečený brambor, ochucené mléko 2, Bulgur s ajvarem a sušenými rajčaty, zelný salát, ochucené mléko	*7* *1,7*
2.10.	Hrstková	*9*	1, Krupicová kaše s kakaem, ovoce 2, Vepřová panenka Wellington (listové těsto, žampiony, špenát, anglická) míchaný salát, ovoce	*1,7* *1,3,7,10,12*
5.10.	Čočková s julienne zeleninou	*9*	1, Pečené filé na másle a kmíně, bramborová kaše, rajčatový salát 2, Kuskusové rizoto s krůtím masem a zeleninou, sýr, rajčatový salát	*4,7* *1,7*
6.10.	Bramborovo- houbová krémová	*1,7,9*	1, Vepřový guláš, houskový knedlík, ovoce 2, Květáková musaka (brambory s květákem a bešamelem), kyselá okurka, ovoce	*1,3,7* *1,7*
7.10.	Aztécká polévka s opečenými nudlemi	*1,9*	1, Sýrové tortelliny s krémovou rajčatovou omáčkou, sypané sýrem 2, Hamburger (mix masa, rajče, salát, sýr, koktejlová omáčka) VAŘÍME S FIRMOU UNILEVER	*1,7* *1,3,7,10*
8.10.	Mrkvová	*7*	1, Sladkokyselé kuře s ananasem a bambusem, jasmínová rýže, pudink 2, Bramborové knedlíky plněné listovým špenátem a balkánským sýrem, pudink	*6,7* *1,3,7*
9.10.	Hovězí vývar s nudlemi	*1,3,9*	1, Sekaná pečeně se sójou a sýrem, vařený brambor, zelný salát, mléko 2, Cizrna po indicku (paprika, kari, kurkuma, smetana, soj. Om), pečivo, mléko	*1,3,6,7* *1,6,7*
12.10.	Špenátová jemná	1,3,7,9	1, Rizoto s krůtím masem a zeleninou, sypané sýrem, ledový salát, jogurt 2, Fileta za pstruha, čočka Beluga s kořenovou zeleninou, jogurt	*7* *4,7,9*
13.10.	Lámanková s vejcem a červenou čočkou	*3*	1, Vepřové výpečky, dušené hlávkové zelí, bramborový knedlík 2, Ceasar salát s kuřecím masem a krutóny, pečivo	*1,3* *1,3,4,7*
14.10.	Rybí s knedlíčky	*1,3,4,7,9*	1, Špagety s boloňskou omáčkou (hovězí maso), sýr, ovoce 2, Žemlovka s jablky a tvarohem, ochucené mléko, ovoce	*1,7* *1,3,7*
15.10.	Mléčná s nudlemi	*1,7*	1, Kapustový karbanátek, vařený brambor, tatarská omáčka, moučník 2, Poděbradské vepřové maso (mrkev, hrášek, smetana, květák, rajčata), dušená rýže, moučník	*1,3,7* *1,3,7*
16.10.	Rýžová	*9*	1, Kuřecí Pizzaiola (Mozzarella, oregano), opečený brambor, kakao 2, Bramborové gnocchi se špenátem a smetanovou omáčkou, kakao	*7* *1,7*
19.10.	Zeleninová s kuskusem	*1,9*	1, Vepřové maso s červenou fazolí, americké brambory, Lipánek 2, Celozrnné těstoviny s dýňovou omáčkou, sypané sýrem, Lipánek	*-7* *1,7*
20.10.	Milánská tomatová s fazolí	9	1, Zapečené těstoviny s pestem a rajčatovou omáčkou, salát 2, Pečená krůtí prsa na divoko (slanina, koření), vařený brambor, salát	*1,7,8* *7*
21.10.	Vločková	*1,7,9*	1, Rozlítaní ptáčci z hovězího masa, Punjab rýže, mléko 2, Brambory zapečené s brokolicí a sýrem, zeleninový salát, mléko	*1,3,7,10* *7*
22.10.	Drůbeží vývar se sýrovými noky	*1,3,7*	1, Rybí filé po novohradsku, bramborová kaše se smetanou, ovoce 2, Dhál z červené čočky (kokosové mléko, koření), pečivo, ovoce	*1,7* *1*
23.10.	Krupicová s vejcem	*1,3,7*	1, Rajská omáčka, masové kuličky, těstoviny, dezert z ovesných vloček 2, Cuketové krémové rizoto s parmazánem, zeleninová obloha, dezert z ovesných vloček s jogurtem	*1,3,7,9* *1,7*
26.10.	Zelňačka s fazolemí a rýží	*7*	1, Dukátové buchtičky s vanilkovým krémem, ovoce 2, Králík na bylinkách, bramborovo - petrželové pyré, ovoce	*1,3,7* *7*
27.10.	Maďarská rybí se sumečkem	*4,7,9*	1, Holandský řízek (vepřové maso, sýr) bramborová kaše, kyselá okurka, mléko 2, Brokolicový salát s Mozzarellou, pečivo, ochucené mléko	*7* *1,7*
28.10.		-	**STÁTNÍ SVÁTEK**	
29.10.	Frankfurtská	*1,6*	ZŠ PRÁZDNINY Vepřová játra po znojemsku, jasmínová rýže	*1,6*
30.10.	Houbový krém	*1,7*	ZŠ PRÁZDNINY Halušky s uzeným masem a kysaným zelím	*1*

ZMĚNA V JÍDELNÍM LÍSTKU VYHRAZENA. ODHLÁŠENÍ OBĚDŮ NA NÁSLEDUJÍCÍ DEN DO 13:00. PŘEJEME DOBROU CHUŤ.

Potraviny jsou určeny k okamžité spotřebě bez skladování. Zkonzumujte maximálně do 30 minut po převzetí.

Aktuální informace najdete u jídelny, na webu školy a u rozvozu.

U volby obědů má každý strávník přihlášený oběd č. 1, v případě jiné volby si musí volit přes www.strava.cz