



Menu květen 2026

Pátek 1. května

Státní svátek

Pondělí 4. května

Polévka

Rajská s tarhoňou / 1a,b,c,d,3,7

sekaná rajčata*rajský protlak*cibule*máslo*mouka*těstovina - tarhoňa

1. Optimum

Fazole ragú, basmati rýže / 0

Fazole*kukuřice*kmín*rajčata*cukr*česnek*cibule*paprika*rajský protlak

VEGETARIAN

2. Klasik

Obalovaná treska, mačkaný brambor, koprový dip /1a,b,c,d,4,7,10

Treska file*mouka* máslo*strouhanka* olej* brambory*kurkuma*zakysaná smetana*kopr

3. Mixit

Srbské vepřové rizoto, sýr /7

rýže parboiled*vepřové maso*cibule *česnek*rajčata a protlak*paprika*bylinky*olej*sýr

4. Diet/ GF, DF/

Srbské vepřové rizoto, okurka /10

rýže parboiled*vepřové maso*cibule *česnek*rajčata a protlak*paprika*bylinky*olej*okurka

Úterý 5. května

Polévka

Bramborový krém /1a,b,c,d,7,9

brambory*cibule *celer*petržel*smetana*mouka*česnek

1. Optimum

Krůtí Stroganov, divoká rýže /1a,b,c,d,7,10

krůtí maso*cibule*máslo*mouka*koření*smetana*žampiony*hořčice*rajský protlak*rýže

2. Klasik

Špenátové omeletky, bramborová kaše /1a,b,c,d,3,7

Špenát*vejce*sýr*strouhanka*olej*česnek*brambory*mléko*máslo

VEGETARIAN

3. Mixit

Kuřecí ve smetanové omáčce, těstoviny /1a,b,c,d,3,7

kuřecí maso*mouka*kmín*cibule*smetana

4. Diet/ GF, DF/

Krůtí Stroganov, divoká rýže /10

krůtí maso*cibule*alsan*GF mouka*koření*veganská smetana*žampiony*hořčice*rajský protlak*rýže

Středa 6. května

Polévka

Tom Yum Gai /1a,b,c,d,4,6,8a,b,c,d,e

kokosové mléko*kuřecí vývar*kari pasta*limetka*jarní cibulka*zázvor*žampiony*sójová omáčka* koriandr *cukr* petržel*rybí omáčka

1. Optimum

Penne s krůtím masem se Středomořské omáčky /1a,b,c,d,3

cibule*paprika*cuketa*olej *bazalka*rajský protlak*drcená rajčata*mouka*pepř*cukr*krůtí maso*penne

2. Klasik

Vepřové nudličky po Sečuánsku, basmati rýží/ 1a,b,c,d,6

vepřová kýta*žampiony*balsamico*rajský protlak*bambusové výhonky*mrkev*česnek*zázvor*olej*cukr *sójová omáčka*solamyl*rýže basmati

3. Mixit

Germknödl s mákem a vanilkovou omáčkou /1a,b,c,d,3,7 **VEGETARIAN**

mouka* kvasnice* vejce*mléko* smetana*pudink*vanilka*cukr*mák*povidla

4. Diet/ GF, DF/

GF těstoviny s krůtím masem se Středomořské omáčky /0

cibule*paprika*cuketa*olej *bazalka*rajský protlak*drcená rajčata*GF mouka*pepř*cukr*krůtí maso*GF těstoviny

Čtvrtek 7. května

Polévka

Fazolová bílá /1a,b,c,d,7

cibule*mléko*smetana*fazole*česnek*mouka*olej

1. Optimum

Moravský vrabec, zelí, bramborový knedlík /1a,b,c,d,3,7

vepřová kýta*cibule*česnek*kmín*olej*zelí*cibule*brambory*vejce*cukr*ocet*krupice*mouka

2. Klasik

Těstoviny po Italsku, sýr /1a,b,c,d,3,7 **VEGETARIAN**

Těstoviny*cibule*rajčata*olivový*tymián*bazalka*česnek*paprika*rajčata*kurkuma*olivový olej*sýr

3. Mixit

Kuřecí řízečky, mačkané brambory, okurka / 1a,b,c,d,3,7,10

kuřecí maso* mouka*brambory*máslo*kurkuma*okurka

4. Diet/ GF, DF/

Moravský vrabec, zelí, bramborový knedlík / 0

vepřová kýta*cibule*česnek*olej*zelí*brambory*kmín*cukr*ocet*GF mouka

Pátek 8. května

Státní svátek

Pondělí 11. května

Polévka

Dýňová /1a,b,c,d,7

Dýně*cibule*kurkuma*smetana*mrkev*mléko*máslo*mouka*olej

1. Optimum

Treska na másle, mačkané brambory, zelenina /1a,b,c,d,4,7

treska filé*máslo *brambory*kurkuma*zelenina

2. Klasik

Zeleninová korma, bulgur /1a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

VEGETARIAN

Pórek*paprika*cibule*cuketa*fazole*zázvor*kari pasta*kokosové mléko*koriandr*smetana*česnek*cibule*rajčata*olej*citron*bulgur

3. Mixit

Butter chicken, basmati rýže /1a,b,c,d,7,11

kuřecí prsa*máslo*cibule*česnek*rajčata a protlak*směs koření*smetana*rýže basmati *sezam

4. Diet/ GF, DF/

Butter chicken, basmati rýže /11

Kuřecí maso*cibule*olej*veganská smetana*kurkuma*koriandr*česnek*rajčata*zázvor*paprika*alsan*sezam

Úterý 12. května

Polévka

Bramborová s quinoa /1a,b,c,d,9

brambory*quinoa*cibule*mrkev*celer*petržel*česnek*kmín*majoránka*mouka

1. Optimum

Bramborovo – mrkvové placičky, salát z kysaného zelí / 1 a,b,c,d,3,7 **VEGETARIAN**

brambory*vejce*mouka*smetana*česnek*mrkev*zelí*ocet*cukr*petržel*olej*cibule

2. Klasik

Kuřecí pilaf, kari rýže /7

Kuřecí prsa*cibule*paprika koření*olej*hrášek*mrkev*smetana *kurkuma *basmati rýže

3. Mixit

Špagety ala Carbonara /1a,b,c,d,3,7

špagety*česnek*sůl*pepř*anglická slanina*vejce*smetana*balsamico*parmazán*petrželka

4. Diet/ GF, DF/

Bramborovo – mrkvové placičky, salát z kysaného zelí / 0 **VEGETARIAN**

Brambory*mrkev*rýžová smetana*cibule*česnek*olej*lněné semínko*petržel*GF mouka

Středa 13. května

Polévka

Hovězí vývar s tarhoňou /1a,b,c,d,3,9

hovězí*cibule*mrkev*celer*bylinky*těstoviny - tarhoňě

1. Optimum

Kuřecí soté s dýní a kukuřicí, basmati rýže / 1a,b,c,d,7,10

Kuřecí maso*dýně*hořčice*mrkev*mouka*kukuřice*cibule*smetana*ocet

2. Klasik

Francouzské zapečené brambory s kuřecím masem, okurka /3,7,10

brambory*kuřecí maso*vejce*smetana*cibule *muškátový květ*okurka

3. Mixit

Hrachová kaše s vaječnou omeletou, okurka /1a,b,c,d,3,7,10

hrách*smetana*česnek*cibule*mouka*vejce* okurka

VEGETARIAN

4. Diet/ GF, DF/

Kuřecí soté s dýní a kukuřicí, basmati rýže / 10

Kuřecí maso*dýně*hořčice*mrkev*GF mouka*kukuřice*cibule*veganská smetana*ocet

Čtvrtek 14. května

Polévka

Hrachová /1 a,b,c,d,7

žlutý hrách*cibule*česnek* majoránka *smetana*mléko*mouka*olej

1. Optimum

Obalovaný květák, mačkaný brambor, koprový dip / 1a,b,c,d,3,7

Květák*strouhanka*mouka*mléko*vejce*brambory*máslo*kopr*zakysaná smetana

VEGETARIAN

2. Klasik

Pečené kuřecí stehno, nastavovaná kaše /1a,b,c,d,7

kuřecí stehno*koření*mouka*máslo*brambory*kroupy – ječné*česnek*mléko

3. Mixit

Rajská hovězí, houskový knedlík /1a,b,c,d,3,7,9

hovězí maso* rajčata a protlak*cibule*mrkev*celer*perník*skořice*máslo*petržel*cukr*koření*

4. Diet/ GF, DF/

Rajská hovězí, GF těstoviny /9

hovězí maso*rajčata a protlak*cibule*mrkev*celer*perník*skořice*alsan*petržel*cukr*olej*GF těstoviny

Pátek 15. května

Polévka

Zelňačka s bramborem /1a,b,c,d,7

zelí*cibule*brambory*mouka*paprika sladká*mléko*smetana*nové koření

1. Optimum

Špagety Mafioso, sýr /1a,b,c,d,3,6,7,9,10,11,13

špagety*hovězí hrudí*cibule*česnek*rajčata a protlak*smetana*worchestr*bazalka* parmazán

2. Klasik

Bramborové šišky s mákem a máslem / 1a,b,c,d,3,7

Brambory*mouka*vejce*mák*krupička*máslo*cukr

VEGETARIAN

3. Mixit

Obalovaná treska, mačkaný brambor /1a,b,c,d,4,7,10

Treska filé*mouka* máslo*strouhanka* olej* brambory*kurkuma

4. Diet/ GF, DF/

GF Špagety Mafioso /0

GF špagety*hovězí hrudí*cibule*česnek*rajčata a protlak*veganská smetana*bazalka

Pondělí 18. května

Polévka

Mrkvíčkový krém /1a,b,c,d,7,9

mrkev*celer*petržel*cibule*zázvor*mouka*mléko*smetana

1. Optimum

Krůtí po Burgundsku, mačkaný brambor /1a,b,c,d,7,9

Krůtí maso*cibule*mrkev*celer*rajský protlak*divoké koření*máslo*olej*cibule*brambory

2. Klasik

Čočkový dhal, basmati rýže /8a,b,c,d,e

červená čočka*cizrna*cibule*česnek*kari*koriandr*rajčata*kokosové mléko*rýže

VEGETARIAN

3. Mixit

Kuře na paprice, těstoviny /1a,b,c,d,3,7

kuřecí prsa*paprika sladká*smetana*těstoviny*cibulka

4. Diet/ GF, DF/

Čočkový dhal, basmati rýže /8a,b,c,d,e

červená čočka*cizrna*cibule*česnek*kari*koriandr*rajčata*kokosové mléko*rýže

VEGETARIAN



Menu květen 2026

Úterý 19. května

Polévka

Kulajda /1a,b,c,d,3,7

brambory*cibule*mléko*smetana*kopr*mouka*vejce*houby

1. Optimum

Kuskus s grilovanou zeleninou /1a,b,c,d

VEGETARIAN

Kuskus*červená a žlutá paprika*cuketa*červená cibule*lilek*olivový olej*salát

2. Klasik

Gnocchi s omáčkou s lososem a se špenátem / 1 a,b,c,d,3,4,7

Brambory *vejce*mouka*krupička*listový losos*špenát*česnek*cibule*smetana*mléko

3. Mixit

Špagety Bolognese, sýr /1a,b,c,d,3,7,9

Hovězí a vepřové maso*cibule*česnek*sekaná rajčata a protlak*mrkev*celer*těstovina*sýr

4. Diet/ GF, DF/

GF Gnocchi s omáčkou s lososem a se špenátem /4

Brambory *GF mouka*listový losos*špenát*česnek*cibule*veganská smetana

Středa 20. května

Polévka

Kuřecí vývar s rýží /9

kuře*cibule*mrkev*celer*bylinky*rýže

1. Optimum

Krůtí sekaná s červenou čočkou, mačkaný brambor, salát okurkový /1a,b,c,d,3,7

Krůtí maso*brambory*cibule*česnek*mouka*veka*koření*mléko*máslo*vejce*okurky

2. Klasik

Kuře na smetaně se zeleninou, těstoviny /1a,b,c,d,3,7,9,10

kuřecí prsa*cibule*mrkev*celer*petržel*mouka*smetana*hořčice*těstoviny

3. Mixit

Špaldové buchtičky se šodó /1a,b,c,d,3,7

VEGETARIAN

Špaldová mouka* kvasnice* vejce*mléko* pudink*vanilka*cukr

4. Diet/ GF, DF/

Krůtí sekaná s červenou čočkou, mačkaný brambor, salát okurkový /0

Krůtí maso*brambory*cibule*česnek*GF mouka*koření*alsan *okurky



Menu květen 2026

Čtvrtek 21. května

Polévka

Toskánská fazolová /9

*Cibule*mrkev*celer*česnek*drčená rajčata*rajský protlak*bílá a červené fazole *bylinky*

1. Optimum

Špenátové lasagne / 1a,b,c,d,3,7

VEGETARIAN

*těstoviny lasagne*cibule*česnek*špenát*smetana*eidam*máslo*mléko*mouka*vejce*

2 Klasik

Srbský guláš, houskový knedlík /1a,b,c,d,3,7

*vepřová kýta*cibule*paprika červená*rajský protlak*mouka*vejce*mléko*droždí*olej*

3. Mixit

Kuřecí řízek s bramborovou kaší /1a,b,c,d,3,7

*kuřecí prsa*cibule*tymián*mouka*brambory*máslo*mléko*kurkuma*

4. Dieta / GF, DF/

Srbský guláš, GF těstoviny /0

*vepřová kýta*cibule*paprika mletá*zelí*GF mouka*olej*GF těstoviny*

Pátek 22. května

Polévka

Bramborový krém /1a,b,c,d,7,9

*brambory*cibule *celer*petržel*smetana*mouka*česnek*

1. Optimum

Hovězí na majoránce, basmati rýže /1a,b,c,d

*Hovězí maso*vepřová slanina*cibule*mouka*olej*majoránka*česnek*basmati rýže*

2. Klasik

Americké lívance, skořicový cukr, zakysaná smetana /1a,b,c,d,3,7 **VEGETARIAN**

*mouka*mléko*vejce*kypřící prášek*mléko*cukr*skořice*zakysaná smetana*

3. Mixit

Kachna, červené zelí, bramborový knedlík /1a,b,c,d, 3,7

*kachní prsa*cibule*koření*brambory*jemná krupička*vejce*červené zelí*

4. Diet/ GF, DF/

Kachna, červené zelí, GF bramborový knedlík /0

*kachní prsa*cibule*koření*brambory*zelí*GF mouka*



Menu květen 2026

Pondělí 25. května

Polévka

Žampionový krém /1 a,b,c,d,7

brambory*cibule*petržel*žampiony*mléko*smetana*kuřecí vývar

1. Optimum

Celozrnné obalované rybí filé, mačkaný brambor, koprový dip /1a,b,c,d,3,4,7,11

treska filé*mouka*vejce*strouhanka*brambory*máslo*sezam*kurkuma*kopr*zakysaná smetana

2. Klasik

Zeleninové rizoto, sýr /7,9

Rýže parboiled*bylinky*karotka*květák*hrášek*kukuřice*celer*máslo*sýr

VEGETARIAN

3. Mixit

Kuře na kari, rýže jasmínová /1a,b,c,d,7

kuřecí prsa*cibule*kurkuma*mouka*mléko*smetana*rýže jasmínová

4. Diet/ GF, DF/

Zeleninové rizoto, okurka /9,10

Rýže parboiled*bylinky*karotka*květák*hrášek*kukuřice*celer*alsan*okurka

VEGETARIAN

Úterý 26. května

Polévka

Bramboračka s bulgurem /1a,b,c,d,9

brambory*bulgur*cibule*mrkev*celer*petržel*mouka

1. Optimum

Butter tofu s cizrnou, basmati rýže /1a,b,c,d,6,7,11

Cizrna*tofu*máslo*mouka*basmati rýže*kari koření*hrášek*kukuřice*mrkev*sezam

VEGETARIAN

2. Klasik

Kuřecí kousky mačkaný brambor, salát /1a,b,c,d,7

kuřecí maso*koření*mouka*cibule*máslo*brambory*zelenina

3. Mixit

Pasta Alfredo /1a,b,c,d,3,7

Těstoviny*máslo*česnek*smetana*parmezán*kuřecí maso*olej

4. Diet/ GF, DF/

Butter tofu s cizrnou, basmati rýže /6,11

Cizrna*tofu*alsan*GF mouka*basmati rýže*kari koření*hrášek*kukuřice*mrkev*sezam

VEGETARIAN

Středa 27. května

Polévka

Hovězí vývar masem s těstovinovou rýží /1a,b,c,d,3,9

Hovězí maso a kosti* cibule* mrkev* celer* bylinky* těstovina

1. Optimum

Krůtí výpečky, špenát, bramborový knedlík /1a,b,c,d,3,7

Krůtí maso* cibule* česnek* máslo* špenát* brambory* vejce* mléko* mouka

2. Klasik

Fusilli s bazalkovým pestem a kuřecím masem, parmazán /1a,b,c,d,3,7,8a,b,c,d,e

Fusilli* kuřecí maso* bazalka* cibule* česnek* olivový olej* kešu* parmezán* petržel

3. Mixit

Grilovaná zelenina s cizrnou, mrkvovo-bramborové pyré / 7

VEGETARIAN

Paprika* cuketa* cibule* paprika* lilek* cizrna* bylinky* brambory* máslo* mléko* mrkev

4. Diet/ GF, DF/

Krůtí výpečky, špenát, GF bramborový knedlík /0

Krůtí maso* cibule* česnek* alsa* špenát* brambory* GF mouka

Čtvrtek 28. května

Polévka

Cizrnová se zeleným hráškem /1 a,b,c,d,7

cizrna* zelený hrášek* garam masala * cibule* česnek* mouka* mléko* smetana

1. Optimum

Kuřecí paella, ledový salát /0

kuřecí maso* rýže* drcená rajčata* olivový olej* červená cibule* červená paprika-čerstvá* česnek* safrán* citronová šťáva* jarní cibulka* kurkuma

2. Klasik

Zeleninové lečo, mačkaný brambory /3,7

VEGETARIAN

Rajčata* paprika* vejce* cibule* brambory* máslo* kurkuma

3. Mixit

Plněné knedlíky s vepřovým masem, bílé zelí /1a,b,c,d,3,7

brambory* vejce* mouka* vepřové maso* cibule* zelí* cukr* ocet

4. Diet/ GF, DF/

Kuřecí paella, ledový salát /0

kuřecí maso* rýže* drcená rajčata* olivový olej* červená cibule* červená paprika-čerstvá* česnek* safrán* citronová šťáva* jarní cibulka* kurkuma



Menu květen 2026

Pátek 29. května

Polévka

Zeleninová s červenou řepou /1a,b,c,d,7,9

Brambory*cibule*mrkev*celer*mouka*máslo*smetana*mléko*červená řepa

1. Optimum

Tvarohové knedlíčky, ovocný rozvar, zakysaná smetana /1a,b,c,d,3,7 **VEGETARIAN**

Krupice*tvaroh*vejce*ovoce*zakysaná smetana*cukr

2. Klasik

Vepřové na hříbkách, basmati rýže /1a,b,c,d,7

Vepřové maso*hříbky*mouka*kmín*smetana*cibule*basmati rýže

2. Mixit

Obalované rybí kuličky, šťouchaný brambor, ajvar dip /1a,b,c,d,3,4,7

Treska filé*mouka* vejce*strouhanka*řepkový olej*sádlo*brambory*máslo *kurkuma*zakysaná smetana*ajvar

4. Diet/ GF, DF/

Vepřové na hříbkách, basmati rýže /0

Vepřové maso*hříbky*GF mouka*kmín*veganská smetana*cibule*basmati rýže

Přejeme dobrou chuť! Tým EKOLANDIA

Splnění spotřebního koše pro školy je garantováno u každé varianty samostatně a u MŠ při současném odběru svačín. Použité zkratky u varianty 4: GF – (Gluten free) bezlepková varianta, DF – (Dairy free) bezlaktózová varianta. 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.

V případě uvedení alergenu

1 - OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK - obsahují následující obiloviny, nebo mohou obsahovat stopy –1a - pšenice, 1b - žito, 1c - ječmen, 1d - oves, 1e - špalda, 1f - kamut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich.

2 – korýši a výrobky z nich

3 – vejce a výrobky z nich

4 – ryby a výrobky z nich

5 – podzemnice olejná (arašídý) a výrobky z ní

6 – sójové boby (sója) a výrobky z nich

7 – mléko a výrobky z nich

8 - SKOŘÁPKOVÉ PLODY - obsahují následující skořápkové plody, nebo mohou obsahovat stopy – 8a - mandle, 8b - lískové ořechy, 8c -vlašské ořechy, 8d - kešu ořechy, 8e - para ořechy, 8f - pistácie, 8g - makadamie a výrobky z nich.

9 – celer a výrobky z něj

10 – hořčice a výrobky z nich

11 – sezamová semena (sezam) a výrobky z nich

12 – oxid siřičitý a siřičitany v koncentracích vyšších než 10mg, ml/kg, vyjádřeno SO₂

13 – vlčí bob a výrobky z něj

14 – měkkýši a výrobky z nich

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.



Jídla označená tímto symbolem jsou jídla lehce pikantní, a tudíž nejsou vhodná pro děti z jeslí a mateřských škol.

Jídelníček Ekolandia vypracován ve spolupráci s nutriční terapeutkou Martinou Kučerovou. Za výdej dietní stravy zodpovídá proškolený pracovník Ekolandia. Podrobnější informace ke složení na vyžádání prostřednictvím uvedeného emailu.

Změna jídelníčku vyhrazena.