

Menu září 2026



Úterý 1. září

Polévka

Bramborová s ovesnými vločkami /1a,b,c,d,9

brambory*ovesné vločky*cibule*mrkev*mouka*celer*petržel

1. Optimum

Zeleninové rizoto s cuketou, sýr, okurka /7,9,10

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

VEGETARIAN

2. Klasik

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

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

3. Mixit

Zeleninové rizoto s cuketou, sýr, okurka /7,9,10

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

VEGETARIAN

4. Diet/ GF, DF/

Zeleninové rizoto s cuketou, okurka /9,10

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

VEGETARIAN

Středa 2. září

Polévka

Hovězí vývar s nudlemi /1a,b,c,d,3,9

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

1. Optimum

Milánské kuřecí špagety se sýrem /1a,b,c,d,3,7

Špagety*kuřecí maso*rajský protlak*cibule*česnek*bylinky*sýr

2. Klasik

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

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

VEGETARIAN

3. Mixit

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

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

VEGETARIAN

4. Diet/ GF, DF/

Milánské GF špagety s kuřecím masem /0

GF Špagety*kuřecí maso*rajský protlak*cibule*česnek*bylinky

Menu září 2026



Čtvrtek 3. září

Polévka

Hrachová /1a,b,c,d,7

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

1. Optimum

Přírodní kuřecí kousky, mačkaný brambor, baby karotka /1a,b,c,d,7

Kuřecí prsa*cibule*olivový olej*koření*brambory*máslo*baby karotka

2. Klasik

Čočka na kyselo, sázené vejce, okurka /1a,b,c,d,3,10

čočka*ocet*cukr*vejce*okurka*cibulka*mouka

VEGETARIAN

3. Mixit

Přírodní kuřecí kousky, mačkaný brambor, baby karotka /1a,b,c,d,7

Kuřecí prsa*cibule*olivový olej*koření*brambory*máslo*baby karotka

4. Diet/ GF, DF/

Přírodní kuřecí kousky, mačkaný brambor, baby karotka /0

Kuřecí prsa*cibule*olivový olej*koření*brambory*alsan*baby karotka

Pátek 4. září

Polévka

Zeleninová s tarhoní /1a,b,c,d,3,9

mrkev*petržel*hrášek*celer*cibule*česnek*květák*tarhoně

1. Optimum

Krupicová kaše s Grankem /1a,b,c,d,7

Krupice*mléko*máslo*granko*kakao

VEGETARIAN

2. Klasik

Karlovarský krůtí guláš, kolínka /1a,b,c,d,3,7

krůtí maso*cibule*paprika mletá*smetana*mouka*těstoviny kolínka

3. Mixit

Karlovarský krůtí guláš, kolínka /1a,b,c,d,3,7

krůtí maso*cibule*paprika mletá*smetana*mouka*těstoviny kolínka

4. Diet/ GF, DF/

Karlovarský krůtí guláš, GF těstoviny /0

krůtí maso*cibule*paprika mletá*GF mouka*GF těstoviny

Menu září 2026



Pondělí 7. září

Polévka

Mrkvičkový krém /1a,b,c,d,7,9

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

1. Optimum

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

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

VEGETARIAN

2. Klasik

Obalované rybí kuličky, šťouchaný brambor, červená řepa /1a,b,c,d,3,4,7

Treska filé*mouka*vejce*strouhanka*řepkový olej*brambory*máslo*kurkuma*červená řepa

3. Mixit

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

kuřecí prsa*paprika sladká*smetana*mouka*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

Úterý 8. září

Polévka

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

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

1. Optimum

Kuřecí na rozmarýnu, mačkaný brambor /1a,b,c,d,7

Cibule*rozmarýn*kuřecí maso*mouka*máslo*brambory

2. Klasik

Mexické fazole s pečivem /1a,b,c,d,3

fazole*kukuřice*česnek*cibule*rajský protlak*červená paprika*jarní cibulka*sladká chilli omáčka*pečivo

VEGETARIAN

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/

Kuřecí na rozmarýnu, mačkaný brambor /0

Cibule*rozmarýn*kuřecí maso*GF mouka*alsan*brambory

Menu září 2026



Středa 9. září

Polévka

Kuřecí vývar s rýží /9

kuře*cibule*mrkev*celer*bylinky*rýže

1. Optimum

Krůtí sekaná s červenou čočkou a mačkaným bramborem, salát /1a,b,c,d,3,7

Krůtí maso*brambory*cibule*česnek*mouka*koření*mléko*máslo*vejce*strouhanka*zelenina*kurkuma

2. Klasik

Fussili s domácím bazalkovým pestem a kuřecím masem, parmezán

/1a,b,c,d,3,7,8a,b,c,d,e

Fussili*kuřecí maso*bazalka*olivový olej*kešu*parmezán*cibule

3. Mixit

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

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

VEGETARIAN

4. Diet/ GF, DF/

Krůtí sekaná s červenou čočkou a mačkaným bramborem, salát /0

Krůtí maso*brambory*cibule*česnek*GF mouka*koření*alsan*zelenina*kurkuma

Čtvrtek 10. září

Polévka

Toskánská fazolová /1a,b,c,d,9

Cibule*mrkev*celer*česnek*drčená rajčata*cuketa*rajský protlak*bílé a červené fazole*mouka*bylinky

1. Optimum

Špenátové lasagne /1a,b,c,d,3,7

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

VEGETARIAN

2. Klasik

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

vepřová kýta*cibule*paprika mletá*zelí*smetana*mouka*vejce*mléko*olej

3. Mixit

Kuřecí řízečky, bramborová kaše /1a,b,c,d,3,7

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

4. Diet/ GF, DF/

Segedínský guláš, GF těstoviny /0

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

Menu září 2026



Pátek 11. září

Polévka

Bramborový krém /1a,b,c,d,7,9

brambory*cibule*celer*petržel*smetana*mouka

1. Optimum

Hovězí na majoránce, špecle /1a,b,c,d,7

Hovězí maso*vepřová slanina*cibule*mouka*olej*majoránka*česnek*špecle

2. Klasik

Americké lívance, ovocný rozvar, zakysaná smetana /1a,b,c,d,3,7

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

VEGETARIAN

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

Pondělí 14. září

Polévka

Žampionový krém /1a,b,c,d,7

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

1. Optimum

Treska na bylinkách, mačkaný brambor, zelenina /1a,b,c,d,4,7

treska filé*koření*bylinky*brambory*olivový olej*máslo*mouka*kurkuma*zelenina

2. Klasik

Rajčatové rizoto, salát /1a,b,c,d,7

rýže*rajčata*cibule*česnek*rajčata sušená*olej*parmazán*bazalka*zelenina

VEGETARIAN

3. Mixit

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

kuřecí prsa*cibule*kari*mouka*mléko*smetana*česnek*rýže jasmínová

4. Diet/ GF, DF/

Treska na bylinkách, mačkaný brambor, zelenina /4

treska filé*koření*bylinky*brambory*olivový olej*alsan*GF mouka*kurkuma*zelenina

Menu září 2026



Úterý 15. září

Polévka

Bramborová 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

Pečené kuřecí stehno, mačkaný brambor, zelenina /1a,b,c,d,7

kuřecí stehno*koření*mouka*máslo*brambory*zelenina

3. Mixit

Pasta Alfredo s kuřecím masem /1a,b,c,d,3,7

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

4. Diet/ GF, DF/

Pečené kuřecí stehno, mačkané brambory, zelenina /0

kuřecí stehno*koření*GF mouka*alsan*brambory*zelenina

Středa 16. září

Polévka

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

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

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

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

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

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

VEGETARIAN

4. Diet/ GF, DF/

Krůtí výpečky, špenát, GF bramborový knedlík /0

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

Menu září 2026



Čtvrtek 17. září

Polévka

Cizrnový krém se zeleným hráškem /1a,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*citrónová šťáva*jarní cibulka*kurkuma

2. Klasik

Zeleninové lečo, mačkaný brambor /3,7

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

VEGETARIAN

3. Mixit

Bramborové knedlíky plněné vepřovým masem, 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*citrónová šťáva*jarní cibulka*kurkuma

Pátek 18. září

Polévka

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

Cibule*brambory*mrkev*celer*máslo*mouka*smetana*mléko*červená řepa

1. Optimum

Domácí povídkové buchty, mléko /1a,b,c,d,3,7

Mouka*kvasnice*vejce*cukr*povidla*máslo*mléko

VEGETARIAN

2. Klasik

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

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

3. Mixit

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

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

4. Diet/ GF, DF/

Vepřové na hříbkách, basmati rýže /0

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

Menu září 2026



Pondělí 21. září

Polévka

Hráškový krém /1a,b,c,d,7

*zelený hrášek*cibule*olej*mouka*mléko*smetana*

1. Optimum

Fazole v tomatě, grilovaná zelenina, bulgur /1a,b,c,d

VEGETARIAN

*Červená fazole*cibule*drcená rajčata*rajčatový protlak*česnek*mouka*paprika*bylinky*bulgur*zelenina*

2. Klasik

Losos na másle, mačkané brambory, zelenina /4,7

*losos filé*máslo*bylinky*brambory*kurkuma*zelenina*

3. Mixit

Milánské kuřecí špagety se sýrem /1a,b,c,d,3,7

*Špagety*kuřecí maso*rajský protlak*cibule*česnek*bylinky*sýr*

4. Diet/ GF, DF/

Losos na olivovém oleji, brambory, zelenina /4

*losos filé*olivový olej*bylinky*brambory*kurkuma*zelenina*

Úterý 22. září

Polévka

Bramborová s quinoa /1a,b,c,d,9

*brambory*quinoa*cibule*mrkev*celer*petržel*mouka*

1. Optimum

Čínské krůtí nudličky, jasmínová rýže / 1a,b,c,d,5,6

*krůtí maso*solamyl*kikkoman sójová omáčka*balsamico*sweet chilli omáčka*pórek*červená paprika*hlávkové zelí*rajský protlak*rýže*

2. Klasik

Bramborové knedlíky s tofu a sójou, červené zelí, cibulka /1a,b,c,d,3,6,7

VEGETARIAN

*Brambory*tofu*sója*cibule*vejce*mouka*červené zelí*cibulka*

3. Mixit

Staročeský hovězí guláš, těstoviny /1a,b,c,d,3

*hovězí maso*cibule*česnek*koření*rajský protlak*paprika*mouka*olej*testoviny*

4. Diet/ GF, DF/

Bramborové knedlíky s tofu a sójou, červené zelí, cibulka/6

VEGETARIAN

*Brambory*tofu*sója*cibule*GF mouka*červené zelí*cibulka*

Menu září 2026



Středa 23. září

Polévka

Kuřecí vývar s tarhoní /1a,b,c,d,3,9

kuře*cibule*mrkev*celer*bylinky*tarhoně

1. Optimum

Pasta al Forno s kuřecím masem, zelný salát /1a,b,c,d,3,7

těstoviny*kuřecí prsa*červená cibule*česnek*petržel nat*sušená rajčata*parmazán*zelí

2. Klasik

Krůtí soté s paprikou, basmati rýže /1a,b,c,d,7

krůtí maso*cuketa*česnek*paprika*mouka*cibule*smetana*mléko*olej*basmati rýže

3. Mixit

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

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

4. Diet/ GF, DF/

Krůtí soté s paprikou, basmati rýže /0

krůtí maso*cuketa*česnek*paprika*GF mouka*cibule*olej*veganská smetana*basmati rýže

Čtvrtek 24. září

Polévka

Zeleninová /1a,b,c,d,7,9

mrkev*petržel*celer*cibule*květák*mouka*mléko*brambory

1. Optimum

Tarhoně s ratatouille, ledový salát /1a,b,c,d,3

Tarhoně*paprika*cibule*cuketa*česnek*olej*rajčata*rajský protlak*bazalka*petržel

VEGETARIAN

2. Klasik

Švédské masové kuličky, hořčičná omáčka, mačkané brambory /1a,b,c,d,3,7,10

vepřové maso*cibule*vejce*vývar*mouka*máslo*hořčice*brambory*kurkuma

3. Mixit

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

kuřecí prsa*mouka*brambory*máslo*kurkuma*okurka

4. Diet/ GF, DF/

Švédské masové kuličky, hořčičná omáčka, mačkané brambory /10

vepřové maso*cibule*GF mouka*brambory*hořčice*veganská smetana*kurkuma

Menu září 2026



Pátek 25. září

Polévka

Polévka z červené čočky a rajčat /1a,b,c,d

červená čočka*rajčata*cibule*česnek*bazalka*mouka

1. Optimum

Bratislavská telecí ragú, houskový knedlík /1a,b,c,d,3,7,9,10

Telecí maso*cibule*mrkev*hrášek*mouka*rajský protlak*olej*smetana*celer*okurka*mléko*citrón*kvasnice*vejce

2. Klasik

Žemlovka s jablky, tvarohem a rozinkami sypaná cukrem /1a,b,c,d,3,7

VEGETARIAN

vejce*mléko*cukr*rozinky*vanilkový cukr*veka*strouhanka*tvaroh*jablka*olej

3. Mixit

Srbské vepřové rizoto, sýr /7

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

4. Diet/ GF, DF/

Bratislavská telecí ragú, GF těstoviny /9,10

Telecí maso*cibule*mrkev*hrášek*GF mouka*rajský protlak*olej*celer*okurka*citrón*GF těstoviny

Pondělí 28. září

Státní svátek

Menu září 2026



Úterý 29. září

Polévka

Rajská s rýží /1a,b,c,d,7

sekaná rajčata*rajský protlak*cibule*mouka*máslo*rýže

1. Optimum

Pečená treska, satay, rýže jasmínová /1a,b,c,d,4,5,7,8a,b,c,d,e

treska*cibule*česnek*zázvor*olej*červená kari pasta*kokosové mléko*cukr*citr. šťáva*smetana*mouka*koriandr
*rýže jasmínová*arašidy

2. Klasik

Sójevé Bolognese špagety, sýr /1a,b,c,d,3,6,7,9

VEGETARIAN

Sójevé maso*cibule*česnek*sekaná rajčata a protlak*mrkev*celer*olej* mouka*koření* těstoviny*sýr

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/

Pečená treska, satay, rýže jasmínová /4,5,8a,b,c,d,e

treska*cibule*česnek*zázvor*olej*červená kari pasta*kokosové mléko*cukr*citr. šťáva*GF mouka*koriandr*rýže
jasmínová*arašidy

Středa 30. září

Polévka

Pórková s bramborem /1a,b,c,d,7

pórek*brambory*cibule*mléko*smetana*máslo*mouka

1. Optimum

Zeleninové chia placičky, mačkaný brambor /1a,b,c,d,3,7

VEGETARIAN

dýně*chia semínka*mrkev*cuketa*pórek*vejce*ovesné vločky*muškátový květ*brambory*zelenina*kurkuma*máslo

2. Klasik

Pastýřská hovězí pochoutka, rýže basmati /1a,b,c,d

hovězí zadní*žampiony*cibule*rajský protlak*mouka*rýže basmati*kmín

3. Mixit

Špagety Carbonara, kompot /1a,b,c,d,3,7

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

4. Diet/ GF, DF/

Pastýřská hovězí pochoutka, rýže basmati /0

hovězí zadní*žampiony*cibule*rajský protlak*GF mouka*rýže basmati*kmín

Menu září 2026



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) 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. 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 – kornýši 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.

Kuchyně Ekolandia, IČ: 2482 171, www.kuchyne.ekolandia.cz, aktuální jídelníček, email kuchyne.ekolandia@gmail.com, Změna jídelníčku vyhrazena