



Svačiny červenec 2026

Středa 1. července

Přesnídávka 1: Korn rohlík 60g, lososová pomazánka 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,4,6,7

*Rohlík*losos*pomazánkové máslo*žervé*ovoce*

Přesnídávka 2: Korn rohlík 60g, ricotta 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,6,7

*Rohlík*ricotta*ovoce*

Svačina 1: Houska Bandur 60g, bulharská pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,,6,7,10

*Houska*pomazánkové máslo*hořčice*cibule*kečup*okurka*kuřecí maso*žervé*zelenina*

Svačina 2: Houska Bandur 60g, máslo 10g, 1/2 vejce, zelenina 50g / 1a,b,c,d,3,6,7

*houska*máslo*vejce*zelenina*

Čtvrtek 2. července

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,3,7,10

*chléb*pomazánkové máslo*vejce*hořčice*žervé*zelenina*

Přesnídávka 2: Kváskový chléb 60g, máslo 10g, eidam 20g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*chléb*máslo*eidam*zelenina*

Svačina 1: Ovesná kaše s jablíčky a se skořicí 150ml / 1a,b,c,d,7

*Ovesné vločky*mléko*cukr*jablka*skořice*

Svačina 2: Bonvital chléb 60g, pomazánkové máslo 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7,11

*chléb*pomazánkové máslo*ovoce*

Pátek 3. července

Přesnídávka 1: Dýňový toast 60g, máslo 10g, čedar 20g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7,11,13

*Toast*máslo*čedar*ovoce*

Přesnídávka 2: Dýňový toast 60g, sardinková pomazánka 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,4,7,11,13

*Toast*pomazánkové máslo*sardinky*žervé*ovoce*

Svačina 1: Houska Natura 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*houska*máslo*šunka*zelenina*

Svačina 2: Houska Natura 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*houska*šunka*pomazánkové máslo*žervé*zelenina*



Svačiny červenec 2026

Pondělí 6. července

Státní svátek

Úterý 7. července

Přesnídávka 1: Čokokuličky 50g, mléko 200 ml / 1a,b,c,d,7

Čokokuličky*mléko

Přesnídávka 2: Musli s ovocem 50g, mléko 200 ml / 1a,b,c,d,7,8a,b,c,d,e

Müsli*ovoce*mléko

Svačina 1: Houska kolínská 60g, bylinková lučina 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

Houska*lučina*pažitka*zelenina

Svačina 2: Houska kolínská 60g, čerstvý sýr 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

houska*čerstvý sýr*zelenina

Středa 8. července

Přesnídávka 1: Zálabský rohlík 60g, makrelová pomazánka 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,4,6,7

rohlík*pomazánkové máslo*makrela*žervé*ovoce

Přesnídávka 2: Rýžový plátek 2ks, máslo 10g, eidam 20g ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

plátek*máslo*eidam*ovoce

Svačina 1: Uzlík Caesar 60g, pomazánka z pečeného kuřete 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

Uzlík*pomazánkové máslo*pečené kuře*žervé*zelenina

Svačina 2: Uzlík Caesar 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

Uzlík*pomazánkové máslo*šunka*žervé*zelenina

Čtvrtek 9. července

Přesnídávka 1: Světlý toast 60g, zeleninová ala humr pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,6,7,9

toast*zelenina*mrkev*celer*citrón*pomazánkové máslo

Přesnídávka 2: Světlý toast 60g, tuňáková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,4,6,7

toast*pomazánkové máslo*tuňák*žervé*zelenina

Svačina 1: Domácí jablečné pyré 150 ml, piškoty 20g / 1a,b,c,d,3

Jablka*cukr*piškoty

Svačina 2: Domácí jablečné pyré 150 ml, piškoty 20g / 1a,b,c,d,3,

Jablka*cukr*piškoty



Svačiny červenec 2026

Pátek 10. července

Přesnídávka 1: Knackebrot 2ks, hrášková s mátou pomazánka 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*knackebrot*máta*hrášek*žervé*citrón*pomazánkové máslo*ovoce*

Přesnídávka 2: Zálabský rohlík 60g, mrkvičková pomazánka 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,6,7

*rohlík*pomazánkové máslo*žervé*mrkev*ovoce*

Svačina 1: Žitný chléb 60g, čerstvý sýr 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*chléb*čerstvý sýr*zelenina*

Svačina 2: Žitný chléb 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*Chléb*máslo*šunka*zelenina*

Pondělí 13. července

Přesnídávka 1: Pribináček 80g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

*Pribináček*ovoce*

Přesnídávka 2: Bílý jogurt 150g, ořechové musli 20g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

*Bílý jogurt*ovesné vločky*ořechy*cukr*ovoce*

Svačina 1: Houska Natura 60g, brokolicová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*houska*olej*pomazánkové máslo*brokolice*zelenina*česnek*

Svačina 2: Houska Natura 60g, máslo 10g, čedar 20g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*Houska*máslo*čedar*zelenina*

Úterý 14. července

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, tuňáková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,4,7

*chléb*tuňák*pomazánkové máslo*žervé*zelenina*

Přesnídávka 2: Kváskový chléb 60g, ricotta 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*chléb*ricotta*zelenina*

Svačina 1: Vanilkové pokušení 70g, mléko / 1a,b,c,d,3,7

*Pokušení*mléko*

Svačina 2: Vícevrstvý chléb 60g, máslo 10g, marmeláda 10g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*Chléb*máslo*marmeláda*ovoce*



Svačiny červenec 2026

Středa 15. července

Přesnídávka 1: Korn rohlík 60g, mrkvičková pomazánka 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,6,7

*rohlík*gervais*pomazánkové máslo*mrkev*ovoce*

Přesnídávka 2: Kukuřičný plátek 2ks, bylinková lučina 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*Kukuřičný plátek*lučina*pažitka*ovoce*

Svačina 1: Houska Bandur 60g, bulharská pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,6,7,10

*Houska*pomazánkové máslo*hořčice*cibule*kečup*okurka*kuřecí maso*žervé*zelenina*

Svačina 2: Houska Bandur 60g, máslo 10g, 1/2 vejce, zelenina 50g / 1a,b,c,d,3,6,7

*houska*máslo*vejce*zelenina*

Čtvrtek 16. července

Přesnídávka 1: Celozrnný toast 60g, veganská paštika 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,6,11,13

*toast*cibule*tempeh*olej*tahini*majoránka*zelenina*

Přesnídávka 2: Celozrnný toast 60g, makrelová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,4,7,11,13

*toast*pomazánkové máslo*žervé*makrela*zelenina*

Svačina 1: Rýžová kaše se švestkami 150 ml, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*rýže*mléko*cukr*švestky*skořice*

Svačina 2: Rýžová kaše se švestkami 150 ml, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*rýže*mléko*cukr*švestky*skořice*

Pátek 17. července

Přesnídávka 1: Kukuřičné tyčinky 3ks, hummus ala svíčková 30g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,9,11

*Kukuřičné tyčinky*cizrna*tahini*česnek*mrkev*celer*ovoce*

Přesnídávka 2: Houska kolínská 60g, máslo 10g, šunka 20g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*houska*máslo*šunka*ovoce*

Svačina 1: Žitný chléb 60g, sýrová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*chléb*pomazánkové máslo*žervé*eidam*česnek*zelenina*

Svačina 2: Žitný chléb 60g, máslo 10g, čedar 20g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*chléb*máslo*čedar*zelenina*



Svačiny červenec 2026

Pondělí 20. července

Přesnídávka 1: Termix 90g, ovoce 50g / 7,8 a,b,c,d,e

*Termix*ovoce*

Přesnídávka 2: Bílý jogurt 150g, cornflakes 20g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7

*Bílý jogurt*cornflakes*ovoce*

Svačina 1: Houska kolínská 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*Houska*máslo*šunka*zelenina*

Svačina 2: Houska kolínská 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,3,7,10

*houska*pomazánkové máslo*vejce*žervé*hořčice*zelenina*

Úterý 21. července

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, sardinková pomazánka 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,4,7

*chléb*pomazánkové máslo*sardinky*žervé*ovoce*

Přesnídávka 2: Kváskový chléb 60g, čerstvý sýr 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7

*chléb*čerstvý sýr*ovoce*

Svačina 1: Vázaný koláč s tvarohovou náplní 60g, mléko 200ml / 1a,b,c,d,3,7

*Koláč*mléko*

Svačina 2: Vícezrný chléb 60g, máslo 10g, med 15g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*Chléb*máslo*med*ovoce*

Středa 22. července

Přesnídávka 1: Dýňový toast 60g, hummus s mrkvičkou 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7,11,13

*Toast*cizrna*tahini*česnek*mrkev*ovoce*

Přesnídávka 2: Dýňový toast 60g, máslo 10g, mozzarella 20g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7,11,13

*toast*máslo*mozzarella*ovoce*

Svačina 1: Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, 1/2 vejce, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,3,6,7

*rohlík*máslo*vejce*zelenina*

Svačina 2: Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, eidam 20g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,6,7

*rohlík*máslo*eidam*zelenina*



Svačiny červenec 2026

Čtvrtek 23. července

Přesnídávka 1: Žitný chléb 60g, okurková pomazánka s koprem 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,7

*Chléb*okurka*kopr*pomazánkové máslo*česnek*zelenina*

Přesnídávka 2: Žitný chléb 60g, lososová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,4,7

*chléb*pomazánkové máslo*losos*žervé*zelenina*

Svačina 1: Vanilkový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,3,7

*Mléko*piškoty*pudink*ovoce*

Svačina 2: Vanilkový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,3,7

*Mléko*piškoty*pudink*ovoce*

Pátek 24. července

Přesnídávka 1: Kukuřičný chléb 2 ks, pomazánka z pečené zeleniny 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7

*Kukuřičný chléb*pomazánkové máslo*žervé*ajvar*ovoce*

Přesnídávka 2: Korn rohlík 60g, máslo 10g, šunka 20g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,6,7

*rohlík*máslo*šunka*ovoce*

Svačina 1: Uzlík Caesar 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*Uzlík*pomazánkové máslo*šunka*žervé*zelenina*

Svačina 2: Knackebrot 2ks, mrkvičková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*knackebrot*pomazánkové máslo*žervé*mrkev*zelenina*

Pondělí 27. července

Přesnídávka 1: Cornflakes 50g, mléko 200 ml, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*Conrflakes*mléko*ovoce*

Přesnídávka 2: Cornflakes 50g, mléko 200 ml, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*Conrflakes*mléko*ovoce*

Svačina 1: Houska Natura 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,7

*houska*máslo*šunka*zelenina*

Svačina 2: Houska Natura 60g, ricotta 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,7

*Houska*ricotta*zelenina*



Svačiny červenec 2026

Úterý 28. července

Přesnídávka 1: Korn rohlík 60g, pažitková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,6,7

*rohlík*pomazánkové máslo*pažitka*zelenina*

Přesnídávka 2: Korn rohlík 60g, sardinková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,4,6,7

*Rohlík*pomazánkové máslo*sardinky*žervé*zelenina*

Svačina 1: Vánočka máslová 60g, mléko 200 ml / 1a,b,c,d,3,7,8 a,b,c,d,e

*Vánočka*mléko*

Svačina 2: Vícevrnný chléb 60g, máslo 10g, marmeláda 10g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,7

*Chléb*máslo*marmeláda*ovoce*

Středa 29. července

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, zeleninová ala humr pomazánka 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7,9

*chléb*mrkev*celer*citrón*pomazánkové máslo*ovoce*

Přesnídávka 2: Rýžový plátek 2ks, bylinková lučina 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7

*plátek*lučina*pažitka*ovoce*

Svačina 1: Houska Bandur 60g, bulharská pomazánka 30g, zelenina 50g / 1a,b,c,d,,6,7,10

*Houska*pomazánkové máslo*hořčice*cibule*kečup*okurka*kuřecí maso*žervé*zelenina*

Svačina 2: Houska Bandur 60g, máslo 10g, 1/2 vejce, zelenina 50g / 1a,b,c,d,3,6,7

*houska*máslo*vejce*zelenina*

Čtvrtek 30. července

Přesnídávka 1: Světlý toast 60g, lososová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,4,6,7

*Toast*pomazánkové máslo*losos*žervé*zelenina*

Přesnídávka 2: Světlý toast 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,6,7

*toast*máslo*šunka*zelenina*

Svačina 1: Ovesná kaše se švestkami 150ml / 1a,b,c,d,7

*vločky*mléko*cukr*švestky*

Svačina 2: Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, mozzarella 20g, ovoce 50g / 1a,b,c,d,6,7

*rohlík*máslo*mozzarella*ovoce*



Svačiny červenec 2026

Pátek 31. července

Přesnídávka 1: Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,3,7,10

*chléb*pomazánkové máslo*vejce*hořčice*žervé*ovoce*

Přesnídávka 2: Žitný chléb 60g, šunková pěna 30g, ovoce 50g / 1 a,b,c,d,7

*chléb*šunka*pomazánkové máslo*žervé*ovoce*

Svačina 1: Kukuřičný plátek 2ks, veganská paštika 30g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,6,11

*plátek*cibule*tempeh*olej*tahini*majoránka*zelenina*

Svačina 2: Uzlík Caesar 60g, máslo 10g, čedar 20g, zelenina 50g / 1 a,b,c,d,7

*uzlík*máslo*čedar*zelenina*



Svačiny červenec 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 alergenů (lepek, laktóza), pro přesné složení jídel použijte kontakty níže. V pokrmových variantách 4 mohou být ale stopy lepku, neboť je připravujeme v kuchyni, kde se lepek zpracovává.

V případě uvedení alergenů

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 (arašidy) 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 – vlník 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.