



Svačiny květen 2023

Pondělí 1.5.

Státní svátek

Úterý 2.5.

Přesnídávka 1: Cornflakes 50g, mléko 200 ml, ovoce 50g/1,7

Přesnídávka 2: Cornflakes 50g, mléko 200 ml, ovoce 50g /1,7

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

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

Středa 3.5.

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, zeleninová pomazánka 30g, ovoce 50g/ 1,7

Přesnídávka 2: Kváskový chléb 60g, ricotta 30g, ovoce 50g / 1,7

Svačina 1: Korn rohlík 60g, lososová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1,4,6,7

Svačina 2: Houska Bandur 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g / 1,6,7

Čtvrtek 4.5.

Přesnídávka 1: Světlý toast 60g, pažitková pomazánka 30g, zelenina 50g/1,6,7

Přesnídávka 2: Světlý toast 60g, sardinková pomazánka 30g, zelenina 50g /1,4,6,7

Svačina 1: Jahodový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g /1,3,7

Svačina 2: Jahodový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g /1,3,7

Pátek 5.5.

Přesnídávka 1: Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g/ 1,3,7

Přesnídávka 2: Žitný chléb 60g, máslo 10g, šunka 20g, ovoce 50g / 1,7

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

Svačina 2: Korn rohlík 60g, máslo 10g, 1/2 vejce, zelenina 50g / 1,3,6,7



Svačiny květen 2023

Pondělí 8.5.

Státní svátek

Úterý 9.5.

Přesnídávka 1: Bílý jogurt 150g, ořechové musli 20g, ovoce 50g /1,7,8

Přesnídávka 2: Bílý jogurt 150g, ořechové musli 20g, ovoce 50g /1,7,8

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

Svačina 2: Houska kolínská 60g, máslo 10g, eidam 20g, zelenina 50g / 1,7

Středa 10.5.

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, ředkvičková pomazánka 30g, ovoce 50g/1, 7

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

Svačina 1: Korn rohlík 60g, tuňáková pomazánka 30g, zelenina 50g/1,4,6,7

Svačina 2: Uzlík Caesar 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g /1,3,7

Čtvrtek 11.5.

Přesnídávka 1:: Celozrnný toast 60g, liptovská pomazánka 30g, zelenina 50g /1,6,7,11,13

Přesnídávka 2: Celozrnný toast 60g, makrelová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1,4,6,7,11,13

Svačina 1: Domácí mango termix 150ml , ovoce 50g/ 1,7

Svačina 2: Domácí mango termix 150 ml, ovoce 50g / 1,7

Pátek 12.5.

Přesnídávka 1: Knackebrot 2ks, hummus 30g, ovoce 50g/ 1,7,11

Přesnídávka 2: Žitný chléb 60g, máslo 10g, šunka 20g, ovoce 50g / 1,7

Svačina 1: Zálabský rohlík 60g,máslo 10g, eidam 20g, zelenina 50g / 1,6,7

Svačina 2: Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, mozzarella 20g, zelenina 50g / 1,6,7



Svačiny květen 2023

Pondělí 15.5.

Přesnídávka 1: Bílý jogurt 150g, jablečné pyré 20g, ovoce 50g /7,8

Přesnídávka 2: Bílý jogurt 150g, jablečné pyré 20g, ovoce 50g /7,8

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

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

Úterý 16.5.

Přesnídávka 1: Korn rohlík 60g, makrelová pomazánka 30g, zelenina 50g/ 1,4,6,7

Přesnídávka 2: Kukuřičný plátek 2ks, bylinková lučina 30g, zelenina 50g / 1,7

Svačina 1: Domácí mrkvový koláč 60g, mléko 200ml/ 1,3,7,8

Svačina 2: Vícezrnný chléb 60g, máslo 10g, marmeláda 30g, ovoce 50g / 1,7

Středa 17.5.

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, brokolicová pomazánka 30g, ovoce 50g / 1,7

Přesnídávka 2: Kváskový chléb 60g, ricotta 30g, ovoce 50g/ 1,7

Svačina 1: Houska Bandur 60g, pomazánka kuřecí se zeleninou 30g, zelenina 50g/1,6,7

Svačina 2: Houska Bandur 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g/ 1,6,7

Čtvrtek 18.5.

Přesnídávka 1: Dýňový toast 60g, bylinková lučina 30g, zelenina 50g /1,7,11,13

Přesnídávka 2: Dýňový toast 60g, tuňáková pomazánka 30g, zelenina 50g /1,4,7,11,13

Svačina 1: Ovesná kaše se švestkami 150 ml / 1,3,7

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

Pátek 19.5.

Přesnídávka 1: Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g/ 1,3,7

Přesnídávka 2: Žitný chléb 60g, máslo 10g, šunka 20g, ovoce 50g/ 1,7

Svačina 1: Kukuřičný plátek 2 ks, tvarohová pomazánka s droždím a sýrem 30g, zelenina 50g/ 1,7

Svačina 2: Korn rohlík 60g, máslo 10g, vejce 1/2, zelenina 50g/ 1,3,6,7



Svačiny květen 2023

Pondělí 22.5.

Přesnídávka 1: Ovocný jogurt 150g, ovoce 50g /1,7

Přesnídávka 2: Bílý jogurt 150g, čokoládové kuličky 20g, ovoce 50g /1,7

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

Svačina 2: Houska kolínská 60g, máslo 10g, eidam 20g, zelenina 50g/ 1,7

Úterý 23.5.

Přesnídávka 1: Korn rohlík 60g, sardinková pomazánka 30g, zelenina 50g / 1,4,6,7

Přesnídávka 2: Kukuřičný plátek 2ks, mrkvičková pomazánka, 30g zelenina 50g / 1,7

Svačina 1: Šáteček s meruňkovou náplní 60g, mléko 200ml/ 1,3,7

Svačina 2: Vícevrstvý chléb 60g, máslo 10g, med 10g, ovoce 50g /1,7

Středa 24.5.

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, ajvar pomazánka 30g, ovoce 50g /1,7

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

Svačina 1: Uzlík Caesar 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g/ 1,7

Svačina 2: Uzlík Caesar 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g/ 1,3,7

Čtvrtek 25.5.

Přesnídávka 1: Celozrnný toast 60g, špenátová pomazánka 30g, zelenina 50g /1,6,7,11,13

Přesnídávka 2: Celozrnný toast 60g, lososová pomazánka 30g, zelenina 50g/ 1,4,6,7,11,13

Svačina 1: Domácí pistáciový termix 150ml, ovoce 50g/ 1,7

Svačina 2: Domácí pistáciový termix 150ml, ovoce 50g/ 1,7

Pátek 26.5.

Přesnídávka 1: Kukuřičný plátek 2ks, hummus 30g, ovoce 50g/ 1,7,11

Přesnídávka 2: Žitný chléb 60g, máslo 10g, šunka 20g, ovoce 50g/ 1,7

Svačina 1: Zálabský rohlík 60g, veganská paštika 30g, zelenina 50g/ 1,6,11

Svačina 2: Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, mozzarella 20g, zelenina 50g / 1,6,7



Svačiny květen 2023

Pondělí 29.5.

Přesnídávka 1: Jablečné pyré 150g, piškoty 20g, ovoce 50g /1,3

Přesnídávka 2: Jablečné pyré 150g, piškoty 20g, ovoce 50g /1,3

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

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

Úterý 30.5.

Přesnídávka 1: Korn rohlík 60g, lososová pomazánka 30g, zelenina 50g /1,4,6,7

Přesnídávka 2: Knackebrot 2ks, bylinková lučina 30g, zelenina 50g /1,7

Svačina 1: Domácí Rafaelo koláč 60g, mléko 200ml/ 1,3,7,8

Svačina 2: Vícevrstvý chléb 60g, máslo 10g, marmeláda 30g, ovoce 50g / 1,7

Středa 31.5.

Přesnídávka 1: Kváskový chléb 60g, pomazánka z červené řepy 30g, ovoce 50g /1,7,8

Přesnídávka 2: Kváskový chléb 60g, ricotta 30g, ovoce 50g /1,7

Svačina 1: Houska Bandur 60g, bulharská pomazánka 30g, zelenina 50g/ 1,6,7

Svačina 2: Houska Bandur 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g / 1,6,7

Přejeme dobrou chuť! Tým Ekolandia

Spnění 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 pokrmeh varianty 4 mohou být 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. Pro detailní složení výrobků nás kontaktujte na uvedeném emailu.

Změna jídelníčku vyhrazena.