

Menu února 2026



Pondělí 2. února

Polévka

Kvěťáková s hráškem /1a,b,c,d,7

květák*hrášek* mléko*smetana*cibule*mouka*máslo*bylinky*olej

1. Optimum

Filé s červeným kořením na ryby, brambory, teplá zelenina /4,7

filé*máslo*bylinky*paprika*brambory*sádlo*cibule*kurkuma*olej*zelenina

2. Klasik

Tofu sweet and sour, rýžové nudle /6,9,11

VEGETARIAN



tofu*paprika*rajský protlak*mrkev*bambusové výhonky*česnek*omáčka sweet and sour*sezam*solamyl*rýžové nudle

3. Mixit

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

kuřecí prsa*cibule*kari*kurkuma*mouka*mléko*olej*máslo*smetana*česnek*rýže jasmínová

4. Diet/ GF, DF/

Filé s červeným kořením na ryby, brambory, teplá zelenina /4

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

Úterý 3. února

Polévka

Kapustová s brambůrkem /1a,b,c,d,7

kapusta*cibule*brambory*česnek*smetana*mouka*olej

1. Optimum

Brokolice placičky s červenou čočkou, bramborová kaše /1a,b,c,d,3,7 VEGETARIAN

brokolice*vejce*červená čočka*smetana *brambory*mléko*bylinky*ovesné vločky*máslo*chia semínka

2. Klasik

Vepřové rizoto, sýr, okurka / 7,9,10

Rýže parboiled*vepřové maso*mrkev*kukuřice*hrášek*celer*cibule*sýr*okurka*olej*koření

3. Mixit

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

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

4. Diet/ GF, DF/

Vepřové rizoto, okurka / 9,10

Rýže parboiled*vepřové maso*mrkev*kukuřice*hrášek*celer*cibule*okurka

Menu února 2026



Středa 4. února

Polévka

Hovězí vývar s rýží / 9

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

1. Optimum

Krůtí v kokosové omáčce s koriandrem, rýže basmati /1a,b,c,d,7,8a,b,c,d,e

*krůtí prsa*cibule*česnek*zázvor*olej*červená kari pasta*kokosové mléko*mrkev*brokolice*cukr*cuketa*citr. šťáva *smetana*mouka*koriandr*paprika*rýže basmati*

2. Klasik

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

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

3. Mixit

Cizrna s grilovanou zeleninou, mrkvovo-bramborové pyré / 1a,b,c,d,7 **VEGETARIAN**

*Cizrna*paprika*cibule*lilek*cuketa*mrkev*brambory*máslo*mléko*

4. Diet/ GF, DF/

Krůtí v kokosové omáčce s koriandrem, rýže basmati /8a,b,c,d,e

*krůtí prsa*cibule*česnek*zázvor*olej*červená kari pasta*kokosové mléko*mrkev*brokolice*cukr*cuketa*citr. šťáva *GF mouka*koriandr*rýže basmati*veganská smetana*paprika*

Čtvrtek 5. února

Polévka

Z červené čočky a rajčat /1a,b,c,d

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

1. Optimum

Zeleninová paella, ledový salát /0

VEGETARIAN

*rýže*drcená rajčata*olivový olej*červená cibule*červená paprika-čerstvá*česnek*safrán*citrón*kurkuma cibulka*salát*

2. Klasik

Krůtí na řecký způsob, penne /1a,b,c,d,3

*krůtí maso*bylinky*olivy*cibule*česnek*paprika*cuketa*rajčata a protlak*mouka*olej*cukr*těstoviny penne*

3. Mixit

Bramborové knedlíky plněné vepřovým masem, zelí / 1a,b,c,d,3

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

4. Diet/ GF, DF/

Zeleninová paella, ledový salát /0

*rýže*drcená rajčata*olivový olej*červená cibule*červená paprika-čerstvá*česnek*safrán*citrón*kurkuma cibulka*salát*

Menu února 2026



Pátek 6. února

Polévka

Krkonošská cibulačka s masem/3,9

Cibule*brambory*mrkev*celer*česnek*kmín*vejce*petrželka*hovězí maso

1. Optimum

Vepřová panenka se sušenými rajčaty, farfalle /1a,b,c,d,3,7

vepřová panenka*cibule*sušená rajčata*mouka*mléko*smetana*těstoviny farfalle*olej*bazalka

2. Klasik

Buchtičky se šodó /1a,b,c,d,3,7

VEGETARIAN

mouka*kvasnice*vejce*mléko*krém na buchtičky*smetna*cukr*olej

3. Mixit

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*jogurt

4. Diet/ GF, DF/

Vepřová panenka se sušenými rajčaty, GF těstoviny /0

vepřová panenka*cibule*česnek*sušená rajčata*GF mouka*olej*veganská smetana*GF těstoviny

Pondělí 9. února

Polévka

Rajská s tarhoňou / 1a,b,c,d,3,7

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

1. Optimum

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

VEGETARIAN

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

2. Klasik

Rybí stripsy, mačkaný brambor, ajvar dip /1a,b,c,d,4,7,10

Treska*mouka*hořčice*máslo*brambory*jogurt*ajvar

3. Mixit

Srbské vepřové rizoto, sýr /7

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

4. Diet/ GF, DF/

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

VEGETARIAN

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

Menu února 2026



Úterý 10. února

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

Zeleninové chia placičky, bramborová kaše /1a,b,c,d,3,7

VEGETARIAN

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

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*žampiony*hořčice*rajský protlak*rýže

Středa 11. února

Polévka

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

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

1. Optimum

Krůtí ve Středomořské omáčce, penne / 1a,b,c,d,3

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

2.. Klasik

Chicken chilli con carne, basmati rýží/ 1a,b,c,d,6

Kuřecí maso*fazole*kukuřice*kmín*rajčata*cukr*česnek*cibule*paprika*rajský protlak



3. Mixit

Palačinky, domácí jahodová marmeláda, cukr /1a,b,c,d,3,7

VEGETARIAN

dodáváno

zvlášť, nutné namazat

Mouka*olej*vejce*mléko*cukr*jahody*cukr*želírovací cukr

4. Diet/ GF, DF/

Krůtí ve Středomořské omáčce, GF těstoviny / 0

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

Menu února 2026



Čtvrtek 12. února

Polévka

Fazolová /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 /1a,b,c,d,3

VEGETARIAN

*Těstoviny – fusilli*cibule*rajčata*olivový*tymián*bazalka*česnek*paprika*rajčata*kurkuma*olivový olej*

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 13. února

Polévka

Česneková s vejcem a bramborem /3

*česnek*cibule*brambory*kmín*vejce*vývar z kostí*majoránka*

1. Optimum

Mango sticky rice / 7,8 a,b,c,d,e, 11

VEGETARIAN

*ryže*kokosové mléko*mléko*mango*sezam*cukr*

2. Klasik

Přírodní čufty se šťávou, mačkané brambory /1a,b,c,d

*hovězí maso*vepřové maso*cibule*olej*brambory*máslo*mouka*

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/

Přírodní čufty se šťávou, mačkané brambory /0

*hovězí maso*vepřové maso*cibule*olej*brambory*alsan*flour*

Menu února 2026



Pondělí 16. února

Polévka

Dýňový krém /1a,b,c,d,7

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

1. Optimum

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

*treska filé*máslo *kmín*brambory*kurkuma*teplá 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*citrón*bulgur*

3. Mixit

Butter chicken, basmati rýže /7,11

*Kuřecí maso*cibule*olej*jogurt* smetana*kurkuma*koriandr*rajčata *česnek*zázvor*paprika*máslo*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 17. února

Polévka

Bramborová s quinoa /1a,b,c,d,9

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

1. Optimum

Bramboráčky, červené zelí /1a,b,c,d,3,7

VEGETARIAN

*brambory*vejce*česnek*majoránka*zelí*mouka*ocet*cukr*

2. Klasik

Kuřecí pilaf, kari rýže /7

*Kuřecí prsa*cibule*kari*olej*paprika sladká*hrášek*mrkev*paprika*smetana*majoránka*kurkuma*basmati rýže*

3. Mixit

Špagety Carbonara /1a,b,c,d,3,7

*Smetana*mléko*česnek*olej*kurkuma*vepřová slanina*mouka*máslo*těstoviny*balsamico*

4. Diet/ GF, DF/

GF Bramboráčky, červené zelí /0

VEGETARIAN

*brambory*česnek*majoránka*zelí*lněné semínko*GF mouka*ocet*cukr*

Menu února 2026



Středa 18. února

Polévka

Hovězí vývar s tarhoní /1a,b,c,d,3,9

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

1. Optimum

Soté z kuřecího masa 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 /3,7,10

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

3. Mixit

Čočka na kyselo, vaječná omeleta, okurka /1a,b,c,d,3,10

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

VEGETARIAN

4. Diet/ GF, DF/

Soté z kuřecího masa s dýní a kukuřicí, basmati rýže /10

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

Čtvrtek 19. února

Polévka

Hrachová /7

*žlutý hrách*cibule*česnek* majoránka*mléko*

1. Optimum

Květákový mozeček, mačkané brambory, salát /1a,b,c,d,3,7

VEGETARIAN

*květák*cibule*vejce*kurkuma*brambory*máslo*kurkuma*smetana*zelenina*

2. Klasik

Kuřecí kousky nastavovaná kaše/1a,b,c,d,7

*kuřecí maso*koření*mouka*cibule*máslo*brambory*kroupy*mléko*majoránka*česnek*

3. Mixit

Hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík /1a,b,c,d,3,7,9

hovězí maso rajčata a protlak*cibule*mrkev*celer*perník*skořice*máslo*petržel*cukr*koření*
droždí*mouka *vejce *mléko*olej*

4. Diet/ GF, DF/

Hovězí maso, rajská omáčka, GF těstoviny /9

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

Menu února 2026



Pátek 20. února

Polévka

Zelňačka s bramborem /1a,b,c,d,7

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

1. Optimum

Špagety Mafiosi s parmazánem /1a,b,c,d,3,6,7,9,10,11,13

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

2. Klasik

Bramborové šišky se švestkovou omáčkou, sypané mákem / 1a,b,c,d,3,7 **VEGETARIAN**

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

3. Mixit

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

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

4. Diet/ GF, DF/

GF Špagety Mafiosi /0

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

Pondělí 23. února

Polévka

Mrkvičkový krém /1a,b,c,d,7,9

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

1. Optimum

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

Kuřecí prsa*koření*cibule*mouka*brambory

2. Klasik

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

VEGETARIAN

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

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/

Přírodní kuřecí kousky, mačkaný brambor /0

Kuřecí prsa*koření*cibule*GF mouka*brambory

Menu února 2026



Úterý 24. února

Polévka

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

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

1. Optimum

Fazole ala chili con carne, basmati rýže /0

VEGETARIAN



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

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

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

kuřecí prsa*paprika sladká*smetana*mouka*kolínka*cibulka

4. Diet/ GF, DF/

Fazole ala chili con carne, basmati rýže /0

VEGETARIAN



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

Středa 25. února

Polévka

Kuřecí vývar s rýží /9

kuře*cibule*mrkev*celer*bylinky*rýže

1. Optimum

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

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

2. Klasik

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

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

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 a mačkaným bramborem, salát /0

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

Menu února 2026



Čtvrtek 26. února

Polévka

Toskánská fazolová /9

*Cibule*mrkev*celer**česnek*drcená rajčata*rajský protlak*bílé a červené fazole *bylinky*

1. Optimum

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

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

2. Klasik

Španělský bramborový koláč /3,7

VEGETARIAN

*Brambory*cibule*eidam*smetana*vejce*česnek*rozmarýn*

3. Mixit

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

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

4. Diet/ GF, DF/

Srbský guláš, GF těstoviny /0

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

Pátek 27. února

Polévka

Bramborový krém /1a,b,c,d,7,9

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

1. Optimum

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

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

2. Klasik

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

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

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 února 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 pokrmích varianty 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 – kornýši 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 – vlní 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