

# Mateřská škola Atomík

## JÍDELNÍ LÍSTEK (30. 3. - 3. 4. 2026)

### Pondělí

Dopolední svačina	špaldové lupínky, ovoce, mléko od kraviček	1p, 1š, 1j, 7
Oběd	zeleninová polévka s tarhoňou dýňové kari s kokosem, dušená rýže	9, 1p 7
Odpolední svačina	rohlík s pórkovou pomazánkou s vejci, výběr zelenin	1p, 7, 3

### Úterý

Dopolední svačina	jablečné řezy, ovoce, mléko od kraviček	1p, 7, 3
Oběd	hrachová polévka se zeleninou a krutony rybí krokety se sýrem, vařené brambory, mrkvový dip	9, 1p, 1š, 11 4, 1p, 3, 11, 7
Odpolední svačina	kvasový chléb s rybí pomazánkou s rajčaty a paprikou, výběr zelenin	1ž, 1p, 4, 7

### Středa

Dopolední svačina	ovocné pyré, kukuřičné křupky	-
Oběd	cuketový krém steak z mahi-mahi s bylinkami, štouchané brambory, dušená kukuřice na másle	7, 1š 4, 7
Odpolední svačina	rohlík, máslo, uzený sýr, výběr zelenin	1p, 7

### Čtvrtek

Dopolední svačina	kokosové sušenky, ovoce, mléko od kraviček	7, 1p, 3
Oběd	zeleninový vývar s kukuřicí a bulgurem pečená zeleninka se smetanou, kuskus	9, 1p 7, 1p
Odpolední svačina	kvasový chléb s bylinkovým tvarohem, výběr zelenin	1p, 1ž, 7

### Pátek

**STÁTNÍ SVÁTEK - Velký pátek**

Dopolední svačina	
Oběd	
Odpolední svačina	

# Mateřská škola Atomík

## JÍDELNÍ LÍSTEK (6. - 10. 4. 2026)

### Pondělí

**STÁTNÍ SVÁTEK - Velikonoční pondělí**

Dopolední svačina

Oběd

Odpolední svačina

### Úterý

Dopolední svačina

-

-

Oběd

kuřecí vývar s tyrolskými knedlíčky

9, 1p, 11, 3, 7

masové kuličky v rajčatové omáče, dušená rýže

7, 1p, 11, 3, 1š, 9

Odpolední svačina

kvasový chléb s tvarohovo dýňovou pomazánkou, výběr zelenin

1p, 1ž, 7

### Středa

Dopolední svačina

ovocné pyré, špaldový chlebiček

1š, 6

Oběd

staročeská bramboračka

9, 1š

kuřecí rarášci v hrašce, bramborová kaše, salátek z červené řepy

6, 7

Odpolední svačina

rohlík s máslem a eidamem, výběr zelenin

1p, 7

### Čtvrtek

Dopolední svačina

ovesné vločky, ovoce, mléko od kraviček

1o, 7

Oběd

hovězí vývar s kapustičkami a nudličkami

9, 1p

krutí guláš, těstoviny kolínka

9, 1š, 1p

Odpolední svačina

kvasný chléb s rybí pomazánkou s čerstvou kapií a vejcem, výběr zelenin

1p, 1ž, 3, 4, 7

### Pátek

Dopolední svačina

tvarohový dezert s ovocem, ovoce, kukuřičný chlebiček

7

Oběd

fazolová polévka se zeleninou

9, 1š

bramborovo-dýňový gulášek s vaječnou sedlinou

1š, 3

Odpolední svačina

rohlík s jablkovou pomazánkou se sýrem a pažitkou, výběr zelenin

1p, 7

# Mateřská škola Atomík

## JÍDELNÍ LÍSTEK (13. - 17. 4. 2026)

### Pondělí

Dopolední svačina	špaldové lupínky, ovoce, mléko od kraviček	1p, 1š, 1j, 7
Oběd	zeleninový vývar s quinoou	9
	mrkvovo tuňákové karbanátky, vařené brambory, jablečkový kompot	4, 3, 1p, 11
Odpolední svačina	rohlík s máslem a vepřovou šunkou, výběr zelenin	1p, 7

### Úterý

Dopolední svačina	kynutý bochánek s jablečkovou náplní, ovoce, mléko od kraviček	1p, 3, 7
Oběd	mrkvová polévka	6, 1š, 11
	zapečené kari rizoto se zeleninou a sýrem	7
Odpolední svačina	kvasový chléb s rybí pomazánkou se zeleninou a kečupem Bionea, výběr zelenin	1p, 1ž, 4, 9

### Středa

Dopolední svačina	hruškovo jablečné pyré, rýžový chlebiček	6
Oběd	kuřecí vývar s pórkem a ozimým žitem	9, 1ž
	krůtí sekaná, bramborová kaše s mrkví, okurkový salát s ředkvičkou	7, 1p, 11, 3
Odpolední svačina	rohlík s rajčatovou pomazánkou, výběr zelenin	1ž, 1p, 7

### Čtvrtek

Dopolední svačina	jablečné sušenky se skořicí, ovoce, mléko od kraviček	1p, 3, 7, 8
Oběd	cizrnová polévka s dýní	1š
	hovězí svíčková na smetaně, domácí kynutý knedlík	9, 10, 7, 1, 3, 11
Odpolední svačina	kvasový chléb s pomazánkou z ředkviček, pažitky a vajec, výběr zelenin	1p, 1ž, 3, 7

### Pátek

Dopolední svačina	ovocný jogurt, ovoce, špaldový chlebiček	1š, 6, 7
Oběd	hovězí vývar s rýží a zeleninou	9
	jablečná zemiňák s mlsovkou	1p, 8a, 7, 3
Odpolední svačina	rohlík, pomazánka z tvarohu a červené řepy, výběr zelenin	1p, 7

# Mateřská škola Atomík

## JÍDELNÍ LÍSTEK (20. - 24. 4. 2026)

### Pondělí

Dopolední svačina	otrubové vločky, ovoce, mléko od kraviček	1p, 1j, 7
Oběd	polévka ze žluté čočky	1š
	kapustový karbanátek, vařené brambory, bylinkový dip s česnekem	3, 1p, 1š, 11, 7
Odpolední svačina	rohlík s máslem a mozzarellou, výběr zelenin	1p, 7

### Úterý

Dopolední svačina	perníkový řez, ovoce, mléko od kraviček	1p, 3, 7
Oběd	panádlová polévka s kořenovou zeleninou	9, 1p
	steak z tilápie, vařené brambory, tatarka Bionea	4, 7
Odpolední svačina	kvasový chléb s pomazánkou z červené čočky, výběr zelenin	1p, 1ž

### Středa

Dopolední svačina	ovesné sušenky s lískovými oříšky, ovoce, mléko od kraviček	7
Oběd	zelná polévka	7, 1š
	barevné fazole s rajčaty a kukuřicí, dušená rýže	1š
Odpolední svačina	rohlík, máslo, vařené vejce, výběr zelenin	1p, 3, 7

### Čtvrtek

Dopolední svačina	ovocné pyré, špaldový chlebiček	1š, 6
Oběd	kuřecí vývar se zeleninou a rýžovými pukanci	9
	zeleninové karí s cizrnou, kuskus	1p, 7
Odpolední svačina	kvasový chléb s tuňákovou pomazánkou, výběr zelenin	1p, 1ž, 4, 10, 7

### Pátek

Dopolední svačina	banánový dezert, ovoce, rýžový chlebiček	6, 7
Oběd	zeleninová polévka s fazolkami adzuki	9, 1š
	domácí buchty s mlékem	1š, 7, 3
Odpolední svačina	rohlík s luštěninovou pomazánkou, výběr zelenin	1p, 7

# Mateřská škola Atomík

## JÍDELNÍ LÍSTEK (27. 4 - 1. 5. 2026)

### Pondělí

Dopolední svačina	müsli s jahodami, ovoce, mléko od kraviček	1o, 1p, 5, 6, 7, 8, 11
Oběd	krémová brokolicevo-bramborová polévka	7, 6, 1š
	kuře na paprice, domácí kynutý knedlík s mrkví	9, 7, 1š, 1p, 3
Odpolední svačina	rohlík s fazolovo zeleninovou pomazánkou, výběr zelenin	1p, 9

### Úterý

Dopolední svačina	makovec s jablky, ovoce, mléko od kraviček	1p, 3, 7
Oběd	zeleninový boršč	-
	zeleninové ragú s restovaným lilkem, těstoviny fusilli	7, 1š, 1p
Odpolední svačina	kvasový chléb s rybí pomazánkou se zeleninou, výběr zelenin	1p, 1ž, 4, 7, 9, 10

### Středa

Dopolední svačina	kukuřičné lupínky, ovoce, mléko od kraviček	1j, 7
Oběd	hrachová polévka s krutony	1p, 11, 1š
	smažené krutí řízečky, bramborová kaše s dýní	1p, 3, 11, 7
Odpolední svačina	rohlík s pórkovou pomazánkou s vejci, výběr zelenin	1p, 7, 3

### Čtvrtek

Dopolední svačina	jahodovo jablečné pyré s mátou, rýžový chlebiček	6
Oběd	zeleninový vývar s krupicí a divokým kořením	9, 1š
	krutí vrabci s přírodní omáčkou, bramborový knedlík, dušené červené zelí	9, 1š
Odpolední svačina	kvasný chléb s kukuřičnou pomazánkou se sýrem, výběr zelenin	1p, 7

### Pátek

**STÁTNÍ SVÁTEK - Svátek práce**

Dopolední svačina

Oběd

Odpolední svačina