

# Mateřská škola Atomík

## JÍDELNÍ LÍSTEK (4. - 8. 5. 2026)

### Pondělí

Dopolední svačina	-	-
Oběd	kukuřičná polévka s kapií	6
	kebabčata, šťouchané brambory, jablečný kompot	1p, 11, 3
Odpolední svačina	rohlík s květákovou pomazánkou, výběr zelenin	1p, 7

### Úterý

Dopolední svačina	müsli s jahodami, ovoce, mléko od kraviček	1o, 1p, 5, 6, 7, 8, 11
Oběd	kuřecí polévka s žitnými vločkami	9, 1ž
	krutí plátek s přírodní omáčkou, bramborový knedlík, smetanový špenát	9, 1p, 1š, 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	polévka z bílých fazolek a krup	1š, 1j
	robi řízek, šťouchané brambory, rajčatový salátek	1p, 9, 6, 3, 11
Odpolední svačina	rohlík s máslem a eidamem, výběr zelenin	1p, 7

### Čtvrtek

Dopolední svačina	kynutý bochánek s tvarohem, ovoce, mléko od kraviček	1p, 7, 3
Oběd	hovězí vývar s kapustovým kapáním	9, 3, 1p
	rybí stripsy, vařené brambory, zelný salátek	4, 3, 1p
Odpolední svačina	kvasový chléb s čočkovou pomazánkou, výběr zelenin	1p, 1ž

### Pátek

**STÁTNÍ SVÁTEK - Den vítězství**

Dopolední svačina	-	-
Oběd	-	-
	-	-
Odpolední svačina	-	-

# Mateřská škola Atomík

## JÍDELNÍ LÍSTEK (11. - 15. 5. 2026)

### Pondělí

Dopolední svačina	-	-
Oběd	zeleninový vývar s kukuřicí a čirokem	9
	smažená mletá mahi-mahi, šťouchané brambory, tatarka Bionea	4, 1p, 3, 11, 7
Odpolední svačina	rohlík s pažitkovým tvarohem, výběr zelenin	1p, 7

### Úterý

Dopolední svačina	ovesné sušenky s jablky, ovoce	-
Oběd	kulajda	7, 1š, 3
	marinované krůtí maso s cuketami, těstovinky	10, 1š, 1p, 9
Odpolední svačina	kvasový chléb s pomazánkou ze žlutého hrachu, výběr zelenin	1p, 1ž

### Středa

Dopolední svačina	jahodovo jablečné pyré s mátou, rýžový chlebiček	6
Oběd	hovězí vývar se zeleninou a kuskusem	9, 1p
	těstoviny špagety se zeleninovým čatní sypané sýrem	1p, 7
Odpolední svačina	rohlík, máslo, vepřová šunka, výběr zelenin	1p, 7

### Čtvrtek

Dopolední svačina	kokosové sušenky, ovoce	1p, 3, 7
Oběd	polévka ze žlutého hrachu se zeleninou	1š
	kuřecí paličky na tymiánu, šťouchané brambory, mrkvový salát	-
Odpolední svačina	kvasový chléb s tuňákovou pomazánkou s vejci, výběr zelenin	1p, 1ž, 4, 7, 3, 10

### Pátek

Dopolední svačina	ovocný jogurt, ovoce, kukuřičné křupky	7
Oběd	hovězí vývar s hráškem a rýží	9
	kynuté knedlíky s jahodami, tvarohem a másličkem	1p, 7, 3
Odpolední svačina	rohlík s tvarohovou pomazánka s kapií, rajčaty a kudrnkou, výběr zelenin	1p, 7

# Mateřská škola Atomík

## JÍDELNÍ LÍSTEK (18. - 22. 5. 2026)

### Pondělí

Dopolední svačina	otrubové vločky, ovoce, mléko od kraviček	1p, 1j, 7
Oběd	hráškový krém s krutony	7, 1š, 1p, 11
	hovězí masíčko s rajskou omáčkou, domácí kynutý knedlík s mrkví	9, 3, 1p
Odpolední svačina	rohlík s máslem a mozzarellou, výběr zelenin	1p, 7

### Úterý

Dopolední svačina	tyčinky Fit smoothie, ovoce	-
Oběd	polévka z mrkvoých kostí s pohankou a zeleninou	1š, 9
	zapečené těstoviny s rajčaty, mrkví, řapíkatým celerem a vejcem	9, 1p, 7, 3
Odpolední svačina	kvasový chléb s pomazánkou z pečených batát a tvarohu, výběr zelenin	1p, 1ž, 7

### Středa

Dopolední svačina	ovocné pyré, špaldový chlebiček	1š, 6
Oběd	čočková polévka s kysaným zelím	1š
	tuňákové krokety, vařené brambory, jogurtový dip s koprem	4, 3, 7, 1p, 11
Odpolední svačina	rohlík s pomazánkou z medvědího česneku a vajec, výběr zelenin	1p, 3, 7, 8

### Čtvrtek

Dopolední svačina	kynutý koláč se švestkami, ovoce	1p, 3, 7
Oběd	kuřecí polévka se semínky quinoa	9
	krůtí roláda s bylinkovou nádivkou a přírodní omáčkou, dušená rýže	1š, 11, 3, 7, 9
Odpolední svačina	kvasový chléb s rybí pomazánkou se zeleninou, výběr zelenin	1p, 1ž, 4, 7, 9, 10

### Pátek

Dopolední svačina	ovesno rýžová kaše s kakaem zdobená sušenými jedlými květy, ovoce	1o, 6, 7
Oběd	dýňová polévka se zeleninou	7, 1š, 11
	smažený květák v trojobalu, vařené brambory, tatarka Bionea	1p, 11, 3, 7
Odpolední svačina	rohlík, máslo, krůtí šunka, výběr zelenin	1p, 7

# Mateřská škola Atomík

## JÍDELNÍ LÍSTEK (25. - 29. 5. 2026)

### Pondělí

Dopolední svačina	kukuřičné lupínky, ovoce, mléko od kraviček	1j, 8, 7
Oběd	polévka minestrone kuře po francouzsku, bulgur	1p 9, 10, 7, 1š, 1p
Odpolední svačina	rohlík s pomazánkou z tvarohu a mletého hrášku, výběr zelenin	1p, 7

### Úterý

Dopolední svačina	ovesné sušenky s lískovými oříšky, ovoce	-
Oběd	pórková polévka s krutony marinované tofu se zeleninou a mungo fazolkami, dušená rýže	1š, 1p, 7, 11 6, 1š
Odpolední svačina	žitný chléb s pomazánkou z kedluben, výběr zelenin	1p, 1ž, 7

### Středa

Dopolední svačina	hruškové pyré, rýžový chlebiček	6
Oběd	kuřecí rassolnik s ječmenem steak z tilápie s česnekem, bylinkami a květy, vařené brambory, dušená mrkev s hráškem	9, 1j 4, 7
Odpolední svačina	rohlík, máslo, vařené vejce, výběr zelenin	1p, 3, 7

### Čtvrtek

Dopolední svačina	perníkový řez, ovoce	1p, 3, 7
Oběd	cizrnová polévka s rajčaty zapečené dýňové rizoto s krutím masíčkem a sýrem	- 9, 6, 7
Odpolední svačina	kvasový chléb s lososovou pomazánkou s vejcem, výběr zelenin	1p, 1ž, 7, 4, 3

### Pátek

Dopolední svačina	ovocný tvarohový dezert, ovoce, kukuřičný chlebiček	7
Oběd	kuřecí vývar s bulgurem žličnjaci sypané kakaem, polité másličkem	9, 1p 7, 1p, 11, 3
Odpolední svačina	rohlík se zeleninovou pomazánkou se sýrem, výběr zelenin	1p, 7, 9