

NEVÝBĚROVÝ JÍDELNÍČEK A PLNĚNÍ SPOTŘEBNÍHO KOŠE

podle nových pravidel pro školní stravování

Školní jídelna Středočeský kraj

Jídelníček pro inspiraci z jídelny, která vaří podle nových norem

Květen 2026

Pondělí	Dýňová s kokosovým mlékem Zeleninový džuveč (srbské rizoto), výběr sýrů, ovoce/zelenina	Pondělí	Zeleninová jarní s krupicí Krémové fazole v rajčatové omáčce (aneb "Marry me beans" bílé fazole, rajčata, smetana, sýr), chléb, ovoce/zelenina
Úterý	Hovězí vývar s kapáním Tilápie na bylinkách, brambory, salátový bufet	Úterý	Zeleninová s pohankou Kuřecí paličky, brambory, zeleninový salát
Středa	MAĎARSKÉ MENU: Maďarská zeleninová s bramborem a paprikou Maďarský paprikáš s tarhoňou, maďarská tečka navíc = kenyér kolbácsszal (chléb s klobásou), zelenina	Středa	Cizrnová se zeleninou Penne quattro formaggi (se čtyřmi druhy sýrů), salátový bufet
Čtvrtek	Z červené čočky Kuřecí řízek, bramborová kaše, zeleninový salát	Čtvrtek	Hovězí vývar s kapáním Losos na medu a hořčici, pečené brambory, ovoce/zelenina
Pátek	SVÁTEK	Pátek	Česneková s bramborem a vločkami Segedínský guláš, celozrnný knedlík, ovoce/zelenina
Pondělí	Rybí se zeleninou Kuřecí kousky v japonském kabátku (Teriyaki omáčka = sladko-slaná), rýže, ovoce/zelenina	Pondělí	Rajčatová s mozzarellou Krůtí prsa na kari, rýže s bulgurem
Úterý	Boršč Zeleninové placičky s luštěninou, brambory, jogurtový dip, salátový bufet	Úterý	Kuřecí vývar se zeleninou a krupicovými noky Čočka na kyselo, sázené vejce, salátový bufet
Středa	Krémová brokolicová Hovězí plátek v rajske omáčce, celozrnné vrtulky, ovoce/zelenina	Středa	Maďarská rybí Švédské masové kuličky, bramborová kaše, zeleninový salát
Čtvrtek	Hrachová s krutony Italské kuřecí medailonky, šťouchané brambory, salátový bufet	Čtvrtek	Dnes jsi šéfkuchař aneb slož si svůj burger ;) Polévka z míchaných luštěnin, Kuřecí trhané, bulka, ledový salát, okurka, rajče, dip, cibule..., ovoce/zelenina
Pátek	Kuřecí vývar se zeleninou a bulgurem Tvarohové knedlíčky s ovocným přelivem, ovoce/zelenina	Pátek	Celozrnný toast s tuňákovou pomazánkou a zeleninou Smažený květák, brambory, tatarská omáčka, ovoce/zelenina

Plnění spotřebního koše

Květen 2026

Maso	100,26 %
Ryby, korýši, měkkýši	92,44 %
Mléko, mléčné výrobky	93,73 %
Tuk volný	105,59 %
Cukr volný	29,45 %
Zelenina a ovoce	87,14 %
Brambory a ostatní hlízy	89,70 %
Celozrnné obiloviny a pseudoobiloviny	102,04 %
Luštěniny	99,65 %

Masné výrobky, polotovary	2,70 %
Sterilovaná zelenina a ovoce	2,91 %
Tuky rostlinné	75,50 %
Tuky živočišné	24,50 %

4–6 let oběd	320 porcí
7–10 let oběd	4 693 porcí
11–14 let oběd	5 031 porcí
15 a více let oběd	1 199 porcí