Francouzské lyceum

MENU 2. 11. – 6. 11. 2026

Zátiší Canteens

Pondělí 2. 11. 2026

Polévka	**Krém z červené čočky a dýně** 7 VEG dýně, červená čočka, cibule, **mléko**, **smetana**, olej, **máslo**, sůl
Menu 1 / Menu školka	**Kuřecí rizoto se sýrem a kyselou okurkou** 7, 9, 10, 12 rýže, kuřecí maso, **kyselá okurka**, **sýr eidam**, mrkev, pórek, cibule, kukuřice, hrášek, olej, petrželka, **celer**, mletá paprika, koření
Menu 2	**Vepřová pečeně se smetanovo-houbovou omáčkou** 1, 7 + Brambory vařené 0 vepřové maso, houby, **mléko**, **smetana**, olivový olej, **máslo**, **mouka**, česnek, cibule, tymián, koření + brambory, petrželka, sůl
Menu 3 vegetarián	**Šišky s mákem, cukrem a máslem** 1, 3, 7 VEG **bramborové šišky** (brambory, **pšeničná mouka**, **vejce**, **mléko**, mák), mák, **máslo**, cukr
Menu 4 dieta*	**Kuřecí rizoto s kyselou okurkou** 9, 10, 12 rýže, kuřecí maso, **kyselá okurka**, mrkev, pórek, cibule, hrášek, kukuřice, olej, petrželka, **celer**, mletá paprika, koření
Salát	**Bulgurový salát s olivami a balkánským sýrem** 1, 7, 12 VEG **bulgur**, **balkánský sýr**, olivy, **sušená rajčata**, kapary, rukola, polníček, bazalka, koření
Sendvič	**Sýrová bageta se salátem** 1, 7 VEG **bageta**, **eidam**, **pomazánkové máslo**, **camembert**, **mozzarella**, polníček

Úterý 3. 11. 2026

Polévka	**Kuřecí vývar s tarhoňou** 1, 3, 9 **kuřecí vývar**, kuřecí maso, **tarhoňa** (**těstoviny**), mrkev, **celer**, petržel, cibule, olej, nové koření, bobkový list, pepř, petrželka, sůl
Menu 1 / Menu školka	**Kuřecí plátek s provensálskou zeleninou** 0 + Brambory pečené 0 kuřecí maso, paprika, cuketa, rajčata, mrkev, rajský protlak, olivový olej, provensálské bylinky, rozmarýn, tymián, sůl + brambory, olej, steakové koření, sůl
Menu 2	**Debrecínský vepřový guláš** 0 + Knedlík houskový 1, 3, 7 vepřové maso, rajčata, cibule, párky, rýžová mouka, olej, slanina, mletá paprika, koření + **mouka**, **mléko**, droždí, **houska**, **vejce**
Menu 3 vegetarián	**Vařené vejce s koprovou omáčkou** 3, 7, 9 VEG + Brambory vařené 0 **mléko**, **vejce**, cibule, **smetana**, rýžová mouka, kopr, cukr, mrkev, ocet, **celer**, **máslo**, koření + brambory, petrželka, sůl
Menu 4 dieta*	**Kuřecí plátek s provensálskou zeleninou** 0 + Brambory pečené 0 kuřecí maso, paprika, cuketa, rajčata, mrkev, rajský protlak, olivový olej, provensálské bylinky, rozmarýn, tymián, sůl + brambory, olej, steakové koření, sůl
Salát	**Těstovinový salát s pečenou zeleninou a jogurtem** 1, 3, 7 VEG **těstoviny**, mrkev, paprika, **bílý jogurt**, červená cibule, cuketa, petrželka, olivový olej, koření gyros
Sendvič	**Tortilla Chefs** 1, 3, 7, 10 **tortilla**, **eidam**, vepřová šunka, rajčata, **bílý jogurt**, **majonéza**, **vejce**, salát, rajský protlak, cukr, sůl

Středa 4. 11. 2026

Polévka	**Květákový krém s kokosovým mlékem a cizrnou** 1, 10 VEG květák, kokosové mléko, **mouka**, cibule, cizrna, olej, koriandr, **pasta tikka masala**, tandoori masala, kurkuma, sůl
Menu 1	**Mexické mleté hovězí s fazolemi** 0 + Nachos 0 hovězí maso, fazole, rajčata, paprika, cibule, rajský protlak, olej, česnek, chilli, římský kmín, koriandr, koření + kukuřičná mouka, olej, sůl
Menu 2	**Krůtí nudličky s paprikami a majoránkou** 9 + Šťouchané brambory s cibulkou 7 krůtí maso, **vývar**, paprika, cibule, olej, bramborový škrob, česnek, majoránka, sůl + brambory, cibule, olej, **máslo**, sůl
Menu 3 vegetarián	**Ratatouille** 0 VEG + Jasmínová rýže 0 rajčata, cuketa, lilek, paprika, cibule, cukr, olej, česnek, bazalka, tymián, petrželka, koření + rýže, olej, sůl
Menu 4 dieta* / Menu školka	**Mexické mleté hovězí s fazolemi** 0 + Jasmínová rýže 0 hovězí maso, fazole, rajčata, paprika, cibule, rajský protlak, olej, česnek, chilli, římský kmín, koriandr, koření + rýže, olej, sůl
Salát	**Salát Caesar s roastbeefem** 1, 3, 4, 7, 10 římský salát, roastbeef, **vejce**, **parmazán**, **krutony**, **majonéza**, olivový olej, **hořčice**, **ančovičky**, worcesterská omáčka, česnek, koření
Sendvič	**Sendvič Caprese** 1, 7 VEG **toustový chléb**, rajčata, **mozzarella**, **bazalkové pesto**

Francouzské lyceum

MENU 2. 11. – 6. 11. 2026

Zátiší Canteens

Čtvrtek 5. 11. 2026

Polévka	**Zeleninový vývar se smaženým hráškem** 1, 3, 7, 9 VEG cibule, mrkev, **celer**, brokolice, květák, petržel, hrášek, olej, kukuřice, smažený hrášek (**pšeničná mouka**, **vejce**, **syrovátka**), petrželka, koření
Menu 1 / Menu školka	**Thajské hovězí nudličky s brokolicí** 1, 6, 14 + **Čínské nudle** 1, 3 hovězí maso, brokolice, **ústřicová omáčka**, **sójová omáčka**, zázvor, chilli, česnek, bramborový škrob, koření + **nudle** (**pšeničná mouka**), olej, sůl
Menu 2	**Vepřová plec na pepři** 0 + **Brambory vařené** 0 vepřové maso, cibule, rýžová mouka, olej, sůl, pepř + brambory, petrželka, sůl
Menu 3 vegetarián	**Frittata s pórkem a cuketou a mixem listových salátů** 3, 7 VEG pórek, cuketa, brambory, listové saláty, **smetana**, **vejce**, rajčata, česnek, bazalka, sůl
Menu 4 dieta*	**Přírodní hovězí plátek s bylinkami** 9 + **Brambory vařené** 0 hovězí maso, **vývar**, cibule, olej, tymián, rozmarýn, kmín, koření + brambory, petrželka, sůl
Salát	**Míchaný salát se sušenými rajčaty** 7, 12 VEG okurka, ledový salát, paprika, olivy, **sušená rajčata**, **parmazán**, rajčata
Sendvič	**Sendvič s trhaným vepřovým masem a čedarem** 1, 3, 7, 10, 12 **toustový chléb**, vepřové maso, **čedar**, ledový salát, **BBQ omáčka**, **majonéza**, cibule, olej, kouřová sůl

Pátek 6. 11. 2026

Polévka	**Hovězí vývar se zeleninou a nudlemi** 1, 3, 9 hovězí maso, mrkev, **nudle** (**mouka**, **vejce**), **celer**, petržel, cibule, petrželka, olej, česnek, nové koření, bobkový list, koření
Menu 1 / Menu školka	**Kuřecí na paprice** 7 + **Těstoviny** 1, 3 kuřecí maso, **smetana**, cibule, rýžová mouka, olej, **máslo**, mletá paprika, sůl + **těstoviny** (**mouka**, **vejce**), olej, sůl
Menu 2	**Tilapie v bylinkách s dušeným hráškem** 4 + **Bramborová kaše** 7 **tilápie**, hrášek, olivový olej, petrželka, citronová šťáva, máta, kopr, sůl + brambory, **mléko**, **máslo**, sůl
Menu 3 vegetarián	**Zeleninová směs s tofu** 6 VEG + **Jasmínová rýže** 0 **tofu** (**sója**), rajčata, květák, kokosové mléko, cibule, olej, brokolice, mrkev, fazolové lusky, citronová tráva, chilli-česneková omáčka, koření + rýže, olej, sůl
Menu 4 dieta*	**Tilapie v bylinkách s dušeným hráškem** 4 + **Brambory vařené** 0 **tilápie**, hrášek, olivový olej, petrželka, citronová šťáva, máta, kopr, sůl + brambory, petrželka, sůl
Salát	**Řecký salát** 7 VEG okurka, rajčata, paprika, **balkánský sýr**, olivy, červená cibule, olivový olej
Sendvič	**Bageta s kuřecím masem, sýrem camembert a polníčkem** 1, 7 **bageta**, kuřecí maso (olej, gyros koření, sůl, grilovací koření), **camembert**, **pomazánkové máslo**, polníček

Informace ke stravování

Každý den je součástí oběda **polévka, pečivo, voda a salátový bar** s čerstvě krájenou zeleninou a ovocem, saláty a sýrem.

Navíc během týdne nabízíme **2× sladký dezert, 2× kusové ovoce a 1× jogurt nebo smoothie**.

Nejí vaše dítě vepřové? Ve dnech, kdy Menu 1 obsahuje vepřové maso, zvolte Menu 2, 3 nebo 4.

Menu 4 – DIETA*: Připravujeme bez běžné mouky (případně s rýžovou moukou), bez mléčných výrobků (nebo s bezlaktózovými alternativami) a bez vajec. Pokrmy mohou obsahovat stopy alergenů.

Objednávky a odhlášení obědů

Objednávky a změny je možné provádět nejpozději **do 12:00 předchozího pracovního dne** online zde:
lfp.freshandtasty.cz/login
Kontaktujte nás: **lfp@zatisigroup.cz**

Alergeny

1. **OBILOVINY** obsahující lepek
2. **KORÝŠI** a výrobky z nich
3. **VEJCE** a výrobky z nich
4. **RYBY** a výrobky z nich
5. **ARAŠÍDY** a výrobky z nich
6. **SÓJA** a výrobky z ní
7. **MLÉKO** a výrobky z něj
8. **SKOŘÁPKOVÉ PLODY** všechny ořechy
9. **CELER** a výrobky z něj
10. **HOŘČICE** a výrobky z ní
11. **SEZAM** a výrobky z něj
12. **OXID SIŘIČITÝ** a siřičitany nad 10 mg/kg
13. **VLČÍ BOB** a výrobky z něj
14. **MĚKKÝŠI** a výrobky z nich

Ve složení jídel jsou alergeny vyznačeny **tučně**. Všechna jídla se připravují ve stejné kuchyni, stopové množství alergenů proto nelze zcela vyloučit.