



Jídelníček

Od 20.10. do 24.10.2025

Pondělí	20.10.	přesnídávka	Chléb tmavý, pomazánka balkánská, ovoce, granko	1, 7
		oběd	Polévka zeleninová se sýrovým kapáním	1, 3, 7, 9
			Hrachová kaše, vejce vařené, okurka, chléb, čaj	1, 3, 7
		svačina	Chléb řemeslný, pomazánka z ryb v tomatě, zelenina, čaj ovocný	1, 4, 7
Úterý	21.10.	přesnídávka	Krupicová kaše s kakaem, ovoce, čaj ovocný	1, 7
		oběd	Polévka kuřecí vývar s drobením	1, 3, 9
			Hovězí maso na česneku, špenát, bramborové noky, džus	1, 3, 7
		svačina	Chléb tmavý, pomazánka vlašská, zelenina, mléko	1, 3, 7, 10
Středa	22.10.	přesnídávka	Chléb podmáslový s máslem, ovoce, mléko	1, 7
		oběd	Polévka květáková	1, 7
			Kuře alá bažant, rýže, čaj ovocný	1, 7
		svačina	Chléb ústecký, pomazánka kapustová, zelenina, čaj	1, 3, 7
Čtvrtek	23.10.	přesnídávka	Chléb podmáslový, pomazánka masová, ovoce, melta	1, 7
		oběd	Polévka frankfurtská s párkem	1, 9
			Kapustové karbanátky, bramborová kaše, salát, čaj	1, 3, 7
		svačina	Chléb řemeslný, pomazánka z taveného sýru, zelenina, čaj	1, 7
Pátek	24.10.	přesnídávka	Ovocná přesnídávka, piškoty, ovoce, čaj	1, 3
		oběd	Polévka drožd'ová	1, 3, 7
			Vepřový guláš, těstoviny, čaj s citrónem	1, 3
		svačina	Chléb tmavý, pomazánkové máslo, zelenina, mléko	1, 7

Pitný režim po celý den – čaj a pitná voda. Čaj je podáván černý, ovocný, střídavě ochucený citronem, ovocnou šťávou, vitamínovým sirupem s minimálním přídavkem cukru. Mléko podáváme ve formě kakaa, granka, Caro nápoje, bílé kávy apod. s minimálním přislašováním. V případě podávání mléčného nápoje je nabízen i nápoj nemléčný. Pokud je podáván sladký nápoj, je na výběr i nápoj nesladký (čistá voda nebo voda s citronem). Koření je používáno v přiměřené míře a může být zdrojem alergenů 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10. Podle zákona o potravinách 110/1997 Sb. a následné novely 180/2016Sb. § b 9, uvádíme množství pokrmu na 1 dětskou porci: maso 50 g, ryba 60 g, mléčný výrobek 31 g, mléko 300 ml, polévka 130-150 ml, omáčka 50 ml - 100 ml, zelenina 110 g, ovoce 110 g, pečivo 5 - 20 g, pomazánky 3 – 5 g, brambor 90 g, přílohy 90 g. Velikost porce vychází z výživových norem vyhlášky 107/2005 Sb. o školním stravování.

Změna jídelníčku vyhrazena!
Pokrm je určen k okamžité spotřebě v MŠ.

Jídelníček sestavily: vedoucí školní jídelny Anna Nyplová, kuchařka Lenka Hanzlová