



Jídelníček

Od 16.3. do 20.3.2026

Pondělí	16.3.	přesnídávka	Rohlík s máslem, ovoce, mléko	1, 7
		oběd	Polévka zeleninová se strouháním	1, 3, 9
			Bretaňské fazole, chléb, čaj ovocný	1
		svačina	Chléb tmavý, pomazánka tvarohová s mrkví, zelenina, čaj	1, 7
Úterý	17.3.	přesnídávka	Krupicová kaše s kakaem, ovoce, čaj	1, 7
		oběd	Polévka špenátová s krutóny	1, 7
			Vepřové maso v mrkvi, brambory, čaj s citrónem	1, 7
		svačina	Veka, pomazánka drožd'ová, zelenina, čaj ovocný	1, 3, 7
Středa	18.3.	přesnídávka	Chléb rumburský, pomazánka zeleninová, ovoce, mléko	1, 3, 7
		oběd	Polévka risi-bissi – rýžová s hráškem	1, 9
			Játrová omáčka, rýže, čaj ovocný	1
		svačina	Chléb náš pecen s lučinou, zelenina, čaj	1, 7
Čtvrtek	19.3.	přesnídávka	Domácí bábovka, ovoce, melta	1, 3, 7
		oběd	Polévka kroupová	1, 9
			Čevapčiči, brambory, salát, čaj ovocný	1, 3, 7
		svačina	Chléb toustový, pomazánkové máslo, ovoce, čaj	1, 7
Pátek	20.3.	přesnídávka	Chléb Šumava, pomazánka z krabích tyčinek, ovoce, čaj ovocný	1, 4, 7
		oběd	Polévka nočková s bramborem	1, 3, 9
			Zapečené těstoviny s kuřecím masem, čaj	1, 3, 7
		svačina	Rýžový chlebík, 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 přídatkem 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