



Jídelníček

Od 7.9. do 11.9.2026

Pondělí	7.9.	přesnídávka	Chléb náš pecen, pomazánka zeleninová, ovoce, mléko	1, 3, 7
		oběd	Polévka pohanková	1, 9
			Rybí filé na bylinkách, bramborová kaše, ovocný kompot	1, 4, 7
		svačina	Chléb rumburský, pomazánka rozhuda, zelenina, čaj	1, 7
Úterý	8.9.	přesnídávka	Jogurt ovocný, rohlík, ovoce, čaj	1, 7
		oběd	Polévka zeleninová se sýrovým kapáním	1, 3, 7, 9
			Hovězí po španělsku, rýže	1, 3
		svačina	Chléb podmáslový, pomazánka zimní, zelenina, mléko	1, 7, 9
Středa	9.9.	přesnídávka	Chléb Šumava, pomazánka balkánská, ovoce, granko	1, 7
		oběd	Polévka kmínová	1, 3, 9
			Zapečené těstoviny s vepřovým masem, červená řepa	1, 3, 7
		svačina	Chléb pekařův pecen, pomazánka celerová, zelenina, čaj	1, 7, 3, 9
Čtvrtek	10.9.	přesnídávka	Ovocná rýžová kaše, ovoce, čaj ovocný	1, 7
		oběd	Polévka cizrnová	1, 9
			Pečené kuřecí stehno, brambory, mrkvový salát	1, 7
		svačina	Chléb tmavý, pomazánka chodská sýrová, zelenina, čaj	1, 7
Pátek	11.9.	přesnídávka	Chléb řemeslný, pomazánka z olejovek, ovoce, mléko	1, 4, 7
		oběd	Polévka hovězí vývar s játrovou zavárkou	1, 3, 9
			Dukátové buchtičky s pudinkovým krémem	1, 7
		svačina	Chléb toustový, žervé, zelenina, čaj ovocný	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