

# Jídelní lístek

## Mateřská škola Na Okraji

### **25.3. - 29.3.2019**

#### **PONDĚLÍ**

Přesnídávka: Chléb tmavý, pom. z žervé s polníčkem, mléko, čaj s rakytníkem, ovocná miska 1,7

Oběd: Polévka gulášová s hovězím masem a čerstvou kudrnkou 1  
Domácí dukátové buchtičky s vanilkovým krémem, ovocný čaj, voda s pomeranči 1,3,7

Svačina: Veka, pom. cizrnová s okurkou, mléko, čaj jahodový, zeleninová miska 1,7

#### **ÚTERÝ**

Přesnídávka: Chléb cerea, pom. špenátová s jarní cibulkou a vejci, čaj černý s citronem, mléko, zeleninová miska 1,3,7

Oběd: Polévka zeleninová s pohankou a čerstvou pažitkou 9  
Vepřová pečeně na cibulce, baby karotka na bylinkovém másle, brambory, ovocná šťáva, voda s okurku 1,7

Svačina: Chléb, pom. tvarohová s ředkvičkami a rukolou, mléko, ovocný čaj, zeleninová miska 1,7

#### **STŘEDA**

Přesnídávka: Jáhlová domácí kaše se skořicí, cukrem a máslem, čaj s rakytníkem, ovocná miska 1,7

Oběd: Polévka hráškový krém s opečeným chlebem 1,7  
Kruť prsa na paprice, těstoviny, čaj jahodový, džus, voda s pomerančem 1,7

Svačina: Domácí pletenec se semínky, mléko, kakao, ovocný čaj, ovocná miska 1,3,7

#### **ČTVRTEK**

Přesnídávka: Chléb lámankový, pom. budapešť, mléko, čaj s rakytníkem, zeleninová miska 1,7

Oběd: Polévka kmínová s kudrnkou a vejci 1,3  
Hovězí maso, znojemská omáčka, rýže, ovocný čaj, šťáva, voda s citrónem 1,9

Svačina: Pohankový chléb, tuňákový krém, čaj jahodový, ovocná miska 1,3,7

#### **PÁTEK**

Přesnídávka: Domácí palačinky s džemem a cukrem, mléko, čaj černý s citronem, ovocná miska 1,3,7

Oběd: Babiččina kulajda 1,3,7  
Domácí sekaná s bramborovou kaší, rajčatový salát, džus, voda s okurkou 1,3,7

Svačina: Škvarkový pagáček, mléko, kakao, čaj jahodový, ovocná miska 1,3,7

- 1 **OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK** – 1a pšenice, 1b žito, 1c ječmen, 1d oves, 1e špalda, 1f kamut nebo 1g jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich
- 2 **KORÝŠI** a výrobky z nich
- 3 **VEJCE** a výrobky z nich
- 4 **RYBY** a výrobky z nich
- 5 **JÁDRA PODZEMNICE OLEJNÉ (ARAŠÍDY)** a výrobky z nich
- 6 **SÓJOVÉ BOBY (SÓJA)** a výrobky z nich
- 7 **MLÉKO** a výrobky z něj (včetně laktózy)
- 8 **SKOŘÁPKOVÉ PLODY** – 8a mandle, 8b lískové ořechy, 8c vlašské ořechy, 8d kešu ořechy, 8e pekanové ořechy, 8f para ořechy, 8g pistácie, 8h makadamie a výrobky z nich
- 9 **CELER** a výrobky z něj
- 10 **HOŘČICE** a výrobky z ní
- 11 **SEZAMOVÁ SEMENA (SEZAM)** a výrobky z nich
- 12 **OXID SIŘIČITÝ A SIŘIČITANY** v koncentracích vyšších než 10 mg/kg nebo 10 mg/l, vyjádřeno jako celkový SO<sub>2</sub>
- 13 **VLČÍ BOB (LUPINA)** a výrobky z něj
- 14 **MĚKKÝŠI** a výrobky z nich

Veškeré pomazánky a produkty označené slovem „domácí“ jsou vyrobeny zde v kuchyni, naší paní kuchařkou

Zeleninová miska se skládá z papriky žluté, červené a zelené, salátových okurek, rajských jablíček a další zeleniny dle sezónní nabídky

Ovocná miska se skládá z jablek, hrušek, banánů a dalšího ovoce dle sezónní nabídky

Pitný režim je k dispozici celý den – voda, ovocný čaj, mléko  
Děti si mohou druh nápoje samy vybrat

Polévky jsou připravovány z čerstvé kořenové zeleniny  
Hovězí maso nakupujeme pouze z českého chovu

Jídlo je určeno k přímé spotřebě

**Přejeme dobrou chuť**

**Dagmar Vévodová** vedoucí školní jídelny

**Marie Královcová** hlavní kuchařka

**Martina Balážová** pomocná kuchařka