

Jídelní lístek

Mateřská škola Na Okraji, PO

18.9. – 22.9.2023

PONDĚLÍ

Přesnídávka: Houska vícezrnná, pom. z bylinkového tofu s jarní cibulkou, mléko, jahodový čaj, ovocná miska 1,3,7

Oběd: Polévka krkonošská cibulačka 1,7,9
Rýžová kaše s lesním ovocem, čaj ovocný, voda 1,7

Svačina: Chléb žitný, pom. česneková s jablky, mléko, čaj vitamínový, zeleninová miska 1,7

ÚTERÝ

Přesnídávka: Veka, pom. z olejovek v tomatě s římským salátem, černý čaj s citrónem, zeleninová miska 1,3,4,7

Oběd: Polévka s cizrnou 1,7,9
Kuřecí prsa na smetaně, těstoviny, ovocný čaj, voda 1,7

Svačina: Domácí špaldové housky se semínky, čaj, ovocná miska 1,3,7

STŘEDA

Přesnídávka: Rohlík, přibináček, ovocný čaj, jablko 1,3,7

Oběd: Polévka frankfurtská s hovězím masem 1,7
Vepřové výpečky, dušený špenát, bramborový knedlík, čaj, voda 1,3,7

Svačina: Chléb tmavý, pom. tvarohová s pažitkou, mléko, vitamínový čaj, paprika mix 1,7

ČTVRTEK

Přesnídávka: Chléb ořechovský, pom. sloní papáníčko, jahodový čaj, zeleninová miska 1,7

Oběd: Polévka květákový krém 1,3,7
Pečené krůtí maso na lilku a rajčatech, rýže, čaj ovocný, voda 1,7

Svačina: Chléb slunečnicový, pom. dýňová, mléko, ovocný čaj, zeleninová miska 1,3,7

PÁTEK

Přesnídávka: Chléb obložený, čaj s rakytníkem, mléko, zeleninová miska 1,7

Oběd: Polévka zeleninová s jáhlami 1,9
Hejk pečený s citrónem, brambory m.m., ovocný čaj, voda 1,3,4,7

Svačina: Ovesná svačinka, mléko, čaj, banán a jablko 1,7

Sestavily: Královcová, Vévodová

Změna jídelního lístku vyhrazena

Bližší informace o alergenech Vám rádi poskytneme v kuchyni

- 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 SO₂
- 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

Jídlo je určeno k přímé spotřebě

Přejeme dobrou chuť

Dagmar Vévodová vedoucí školní jídelny

Marie Královcová hlavní kuchařka

Martina Balážová pomocná kuchařka