# Jídelní lístek

## Mateřská škola Na Okraji, PO

## 7.9. – 11.9.2026

### *PONDĚLÍ*

Přesnídávka: Houska, pom. tuňáková s pažitkou, čaj černý s citr, zeleninová miska 1,3,4,7
Oběd: Polévka zeleninová s celozrnným knedlíčkem s čočkou 1,7,9
Gratinované brambory, čaj vitamínový, voda 7
Svačina: Rohlík, pom. mrkvová, mléko, ovocný čaj, zeleninová miska 1,3,7

### *ÚTERÝ*

Přesnídávka: Chléb slunečnicový, pom. tvarohová, mléko, čaj, ovocná miska 1,7
Oběd: Polévka zeleninová s kuskusem 1,7,9
Kuřecí prsa po čínsku, indiánská rýže, čaj, voda
Svačina: Domácí mini pizza, čaj s rakytníkem, zeleninová miska 1

### *STŘEDA*

Přesnídávka: Chléb toustový, hummus s obl. pórkem, čaj, zeleninová miska 1,7
Oběd: Polévka vločková s pažitkou 1,7,9
Vepřová pečeně, baby karotka na másle, brambory, čaj, voda 7
Svačina: Celozrnný chléb, pom. avokádová, čaj, jablko 1,7

### *ČTVRTEK*

Přesnídávka: Zakysaná smetana, piškoty, čaj vitamínový, ovocná miska 1,7
Oběd: Polévka sekyrková s kudrnkou 7,9
Těstoviny s uzeným masem a vejci, okurka, čaj, voda 1,3,7
Svačina: Houska, pom. celerová s jarní cibulkou, čaj, zeleninová miska 1,3,7,9

### *PÁTEK*

Přesnídávka: Chléb, pom. budapešť, čaj ovocný, zeleninová miska 1,7
Oběd: Polévka fazolový krém 1,7
Rozlítaný ptáčci s rýží, čaj, voda 1,3,7,10
Svačina: Domácí sádlové housky, čaj, zeleninová miska 1

Sestavily: Balážová, Vévodová
Změna jídelního lístku vyhrazena
Bližší informace o alergenech Vám rády 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

Jídlo je určeno k přímé spotřebě

**Přejeme dobrou chuť**

**Dagmar Vévodová** vedoucí školní jídelny
**Martina Balážová** hlavní kuchařka