

# JÍDELNÍČEK

## PONDĚLÍ 13.6.

| JÍDLO               |                                               | PITNÝ REŽIM | ALERGENY |
|---------------------|-----------------------------------------------|-------------|----------|
| <b>PŘESNÍDÁVKA</b>  | Chléb, tuňáková pomazánka, zelenina           | mléko       | 1 3 4 7  |
| <b>POLÉVKA</b>      | Polévka zeleninová                            |             | 9        |
| <b>HLAVNÍ JÍDLO</b> | Vařená sekaná z krůtího masa, bramborová kaše |             | 1 3 7 10 |
| <b>SVAČINA</b>      | Houska s žervé, ovoce                         | sirup       | 1 7      |

## ÚTERÝ 14.6.

| JÍDLO               |                                                        | PITNÝ REŽIM | ALERGENY |
|---------------------|--------------------------------------------------------|-------------|----------|
| <b>PŘESNÍDÁVKA</b>  | Chléb toustový, pomazánka rajčatová se sýrem, zelenina | mléko       | 1 7      |
| <b>POLÉVKA</b>      | Z podmáslí                                             |             | 1 7      |
| <b>HLAVNÍ JÍDLO</b> | Vepřové maso s muškátovou omáčkou, rýže                |             | 1        |
| <b>SVAČINA</b>      | Chléb s máslem, ovoce                                  | Čaj, šťáva  | 1 7      |

## STŘEDA 15.6.

| JÍDLO               |                                      | PITNÝ REŽIM | ALERGENY |
|---------------------|--------------------------------------|-------------|----------|
| <b>PŘESNÍDÁVKA</b>  | Chléb, tvarohová pomazánka, zelenina | mléko       | 1 7      |
| <b>POLÉVKA</b>      | Cuketová                             |             | 1        |
| <b>HLAVNÍ JÍDLO</b> | Buchtičky s krémem                   |             | 1 3 7    |
| <b>SVAČINA</b>      | Rohlík, pomazánkové máslo, ovoce     | čaj         | 1 7      |

## ČTVRTEK 16.6.

| JÍDLO               |                                      | PITNÝ REŽIM | ALERGENY |
|---------------------|--------------------------------------|-------------|----------|
| <b>PŘESNÍDÁVKA</b>  | Chléb, vajíčková pomazánka, zelenina | Mléko       | 1 3 7 10 |
| <b>POLÉVKA</b>      | Kuřecí vývar                         |             | 1 9      |
| <b>HLAVNÍ JÍDLO</b> | Hovězí ragú s mrkví, těstovina       |             | 1        |
| <b>SVAČINA</b>      | Slunečnicový chléb, máslo, ovoce     | sirup       | 1 7      |

## PÁTEK 17.6.

| JÍDLO               |                                               | PITNÝ REŽIM | ALERGENY   |
|---------------------|-----------------------------------------------|-------------|------------|
| <b>PŘESNÍDÁVKA</b>  | Toustový chléb, špenátová pomazánka, zelenina | mléko       | 1 3 7      |
| <b>POLÉVKA</b>      | Jemná hořčičná s celerem                      |             | 1 3 7 9 10 |
| <b>HLAVNÍ JÍDLO</b> | Filé z tresky, brambory                       |             | 4          |
| <b>SVAČINA</b>      | Mňam mňam bobík, ovoce                        |             | 7          |



**Koření je používáno v přiměřené míře a může být zdrojem alergenů 6,8,10**

-  **Pitný režim je zajištěn po celý den!**
-  **Čaj je ochucen střídavě citronem, ovocnými šťávami, vitamínovým sirupem**
-  **Mléko je podáváno ve formě kakaa, bílé kávy, malcaa, Caro nápoj**
-  **Chléb podáváme tmavý, celozrnný, toustový, moskevský, slunečnicový**
-  **Změna jídelníčku vyhrazena! Pokrmy jsou určeny k okamžité spotřebě v MŠ V Zeleni**
-  **Podle Zákona o potravinách 110/1997 a následné novely zákona 180/2016Sb §9a uvádíme množství pokrmu na 1 dětskou porci**
-  **Velikost porce vychází z výživových norem dle vyhlášky 107/2005 Sb. o školním stravování**

|                            |                          |
|----------------------------|--------------------------|
| porce maso 55g             | porce ryba 60g           |
| porce mléčného výrobku 31g | porce mléko 3dcl         |
| porce polévka 1,3 -1,5dcl  | porce omáčky 0,5 - 1 dcl |
| porce zeleniny 110g        | porce ovoce 110g         |
| porce pečivo 5 - 20 g      | porce pomazánky 3-5g     |
| porce brambor 90g          | porce přílohy 50g        |