



JÍDELNÍČEK MŠ SOKOLOVSKÁ 1168

OD: 03.11.2025 DO: 07.11.2025

			Alergeny
P O N D Ě L Í	PŘESNÍDÁVKA	SELSKÝ BÍLÝ JOGURT, KUKUŘIČNÉ LUPÍNKY, ČAJ MALINA, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA KEDLUBNOVÁ	1,9
		RYBÍ FILÉ - TRESKA TMAVÁ NA MÁSE, BRAMBOR	1,4,7
		SALÁT OKURKOVÝ	12
	SVAČINKA	CHLÉB KMÍNOVÝ, POMAZÁNKA DROŽDOVÁ, ZELENINOVÁ OBLOHA, MEDOVÝ ŠVÉDSKÝ ČAJ	1,3,7
Ú T E R Ý	PŘESNÍDÁVKA	ROHLÍK, POMAZÁNKA TVAROHOVÁ JEMNÁ, BÍLÁ KÁVA, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA MRKVOVÁ S TĚSTOVINOU	1,9
		MEXICKÁ FAZOLÁDA, CHLÉB VENKOV	1
		MOŠT 100%	
	SVAČINKA	SÓJOVÁ VEKA, MÁSLA BIO, DŽEM, ČAJ LESNÍ	1,7,10
S T Ř E D A	PŘESNÍDÁVKA	CHLÉBOVEKA, POMAZÁNKA Z MOZZARELLY S RAJČATY, ČAJ ČERNÝ S MLÉKEM, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA PÓRKOVÁ S KROUPAMI	1
		HAMBURSKÁ KRŮTÍ PEČENĚ, HOUSKOVÝ KNEDLÍK	1,3,7
		ČAJ ČERVENÝ POMERANČ	
	SVAČINKA	CHLÉB TOUSTOVÝ, POMAZÁNKOVÉ MÁSLA PAŽITKOVÉ, ČAJ MULTIVITAMÍN	1,7
Č T V R T E K	PŘESNÍDÁVKA	DALAMÁNEK, POMAZÁNKA EMENTÁLSKÁ, HORKÁ ČOKOLÁDA, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA BRAMBOROVÁ S CIZRNOU	1,9
		DOMÁCÍ PALAČINKY SE ŠPENÁTEM	1,3,7
		ČAJ VIŠEŇ	
	SVAČINKA	CHLÉB PETŘKOVICKÝ, POMAZÁNKA ZELENINOVÁ - FALEŠNÝ HUMR, ČAJ CITRÓNOVÝ	1,7
P Á T E K	PŘESNÍDÁVKA	RAŽENKA OPMEGA 3, POMAZÁNKA SARDINKOVÁ, ČAJ SE SIRUPEM, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA Z HLÁVKOVÉHO ZELÍ S BRAMBOREM	1,9
		KUŘE PEČENÉ, RÝŽE BASMATI	1
		KOMPOT MÍCHANÝ	
	SVAČINKA	CHLÉB ŽITNÝ SLADOVÝ, POMAZÁNKA SÝROVÁ S KAPIÍ, ČAJ OSTRUŽINOVÝ	1,7

REGIONÁLNÍ
POTRAVINY
FIRMY A FARMY, KTERÉ
NÁS ZÁSOBÍ

MLÉKÁRNA U MACURŮ, KUBLÁK FRYČOVICE, FARMA MENŠÍK, VEJCE Z VOL. CHOVU VALCHA, FA ZONE
FARMA NĚMCOVI, SLEZSKÁ ZAHRÁDKA, ŘEZNICTVÍ JISTEBNÍK, BOČEK PEKAŘSTVÍ, FARMA BEZDÍNEK, FA
OTASLOVICE, FA LIČKA

DENNĚ CHYSTÁME JÍDLA Z ČERSTVÝCH SUROVIN, PŘIPRAVUJEME HO ŠETRNÝM ZPŮSOBEM V KONVEKTOMATU. VAŘÍME KNEDLÍKY,
PEČEME MOUCHNÍKY. PŘIPRAVUJEME SALÁTY A ZELENINOVÉ OBLOHY Z ČERSTVÉ ZELENINY. DENNĚ MAJÍ DĚTI RÁNO ČERSTVÉ OVOCE I ZELENINU.
PRO ZAHUŠTĚNÍ JÍDEL POUŽÍVÁME - ČERSTVOU ZELENINU, BRAMBORY, VLOČKY, POHANKU, ČERVENOU ČOČKU, CIZRNU.

PITNÝ REŽIM - ZAJIŠTĚN PO CELÝ DEN - ČAJ NESLAZENÝ, ČISTÁ VODA, VODA OCHUCENÁ - CITRÓN S ČERSTVOU MÁTOU

VEŠKERÁ JÍDLA JSOU PŘIPRAVOVÁNA V KUCHYNI MŠ A PROTO JSOU URČENA K RYCHLÉ SPOTŘEBĚ

SEZÓNNÍ OVOCE A ZELENINU OZNAČUJEME V JÍDELNÍČKU ZELENOU BARVOU.

Výše uvedené pokrmy mohou obsahovat alergenní složky:

1. Obiloviny obsahující lepek
2. Korišti a výrobky z nich
3. Vejce a výrobky z nich
4. Ryby a výrobky z nich
5. Podzemnice olejná (ARAŠIDY)
6. Sójové boby a výrobky z nich (SÓJA)
7. Mléko a výrobky z něj včetně laktózy
8. Skořápkové plody
9. Celer a výrobky z něj
10. Hořčice a výrobky
11. Sezamová semena (SEZAM)
12. Oxid siřičitý a siřičitany
13. VÍČÍ BOB (LUPINA)
14. Měkkýši a výrobky z nich



Připravily: Věra Bačíková - vedoucí školní jídelny, Radmila Vrátná - hlavní kuchařka, Hana Tomášová - kuchařka

Pro strávníky s intolerancí alergií na určitou složku potravin provádíme vhodné úpravy pokrmů.

Bližší info u vedoucí školní jídelny.

Přejeme dobrou chuť.