



JÍDELNÍČEK MŠ SOKOLOVSKÁ 1168

OD: 06.10.2025 DO: 10.10.2025

Alergeny

P O N D Ě L Í	PŘESNÍDÁVKA	TVAROH ŠLEHANÝ (FARMA MACURA) S BANÁNY (VLASTNÍ VÝROBA), ČAJ ROIBOS, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA HRSTKOVÁ	1,9
		ZAPEČENÁ TĚSTOVINOVÁ RÝŽE S ČERSTVÝM ŠPENÁTEM A CIZRNOU MOŠT 100%	1,7,3
	SVAČINKA	CHLÉB VENKOV, POMAZÁNKA SARDINKOVÁ, SALÁTOVÁ OKURKA, ČAJ RAKYTNÍK	1,4,7
Ú T E R Ý	PŘESNÍDÁVKA	HOUSKA, POMAZÁNKA ZE STROUHANÉHO SÝRU, ŠVÉDSKÝ ČAJ S AKÁTOVÝM MEDEM Z JISTEBNÍKU, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA BRAMBOROVÁ S JÁHLEMI	1,9
		VEPŘOVÉ NUDLIČKY NA ŘECKÝ ZPŮSOB, ŠPECLE VODA S CITRÓNEM	1
	SVAČINKA	CHLÉB PETŘKOVICKÝ, POMAZÁNKA DROŽDOVÁ, KEDLUBEN, ČAJ OSTRUŽINA	1,7
S T Ř E D A	PŘESNÍDÁVKA	KAISERKA, POMAZÁNKA Z LUČINY S ŘEDKVIČKOU, HORKÁ ČOKOLÁDA, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA KVĚTÁKOVÁ	1,9
		RYBÍ FILÉ NA MÁSLÉ, BRAMBOR	1,4,7
	SVAČINKA	CHLÉB VÍCEZRNÝ, POMAZÁNKA MASOVÁ - KUŘECÍ, PAPRIKA ŽLUTÁ, ČAJ ŠVESTKOVÝ	12
Č T V R T E K	PŘESNÍDÁVKA	CHLÉB KLASIK, POMAZÁNKA ZELENINOVÁ, KÁVA - CARO, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA Z HLÍVY ÚSTŘIČNÉ S CELOZRNÝMI VLOČKAMI	1,9
		KRUTÍ PLÁTEK PO STAROČESKU, RÝŽE BASMATI KOMPOT MÍCHANÝ	1
	SVAČINKA	CHLÉB SLADOVÝ ŽITNÝ, POMAZÁNKA TVAROHOVÁ S ČERSTVOU PAŽITKOU, ČAJ HRUŠKOVÝ	1,7
P Á T E K	PŘESNÍDÁVKA	DALAMÁNEK, POMAZÁNKA SÝROVÁ, HOLANDSKÉ KAKAO, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA Z VAJEČNÉ JÍŠKY	1,3,9
		ČOČKA NA KYSELO S ČOČKOU BELUGA, CHLÉB VENKOV, STERILOVANÉ OKURKY (FA SLEZSKÁ ZAHRÁDKA) ČAJ BEZOVÝ	1,12
	SVAČINKA	VEKA, POMAZÁNKOVÉ MÁSLA ČOKOLÁDOVÉ, ČAJ RYBÍZOVÝ	1,7

REGIONÁLNÍ
POTRAVINY
FIRMY A FARMY, KTERÉ
NÁS ZÁSOBUJÍ

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 JÍDLO Z ČERSTVÝCH SUROVIN, PŘIPRAVUJEME HO ŠETRným ZPŮSOBEM V KONVEKTOMATU. VAŘÍME KNEDLÍKY,
PEČEME MOUČNÍKY. 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

SEZÓNŇÍ OVOCE A ZELENINU OZNAČUJEME V JÍDELNÍČKU ZELENOU BARVOU.

Výše uvedené pokrmy mohou obsahovat alergenní složky:

1. Obiloviny obsahující lepek
2. Koriš 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 z ní
11. Sezamová semena (SEZAM)
12. Oxid siřičitý a siřičitany
13. Vlčí bob (LUPINA)
14. Měkkýši a výrobky z nich



Skutečně zdravá škola

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

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

Bližší info u vedoucí školní jídelny.

Přejeme dobrou chuť.