



JÍDELNÍČEK MŠ SOKOLOVSKÁ 1168

OD: 01.12.2025 DO: 05.12.2025

Alergeny

P O N D Ě L Í	PŘESNÍDÁVKA	DOMÁCÍ TVAROH ŠLEHANÝ S MALINOVÝM DIPEM, ČAJ SE SIRUPEM, OVOCE	7
	OBĚD	POLÉVKA BRAMBOROVÁ SE STROUHÁNÍM	13,9
		RYBÍ FILÉ NA RAJČATECH A ČERSTVÉ BAZALCE, TARHOŇA	1,4
	SVAČINKA	CHLÉB VÍCEZRNÝ, POMAZÁNKA ŠPENÁTOVÁ, ČAJ ROIBOS S CITRÓNEM	1,7
Ú T E R Ý	PŘESNÍDÁVKA	ROHLÍK, MÁSLA BIO, HORKÁ ČOKOLÁDA, OVOCE, ZELENINA	1,7
	OBĚD	POLÉVKA DRŮBEŽÍ SE SÝROVÝM SVÍTKEM	1,3,7,9
		KOPROVÁ OMÁČKA, VEJCE VAŘENÉ, BRAMBOR	1,3,7,12
	SVAČINKA	CHLÉB SLADOVÝ ŽITNÝ, POMAZÁNKA ZELENINOVÁ, ČAJ BYLINKOVÝ	1,7
S T Ř E D A	PŘESNÍDÁVKA	VEKA DALAMÁNKOVÁ, LUČINA S BYLINKAMI, KÁVA - CARO, OVOCE, ZELENINA	1,7
	OBĚD	POLÉVKA DÝŇOVÁ S KUKUŘIČNÝMI LUPÍNKY	1,9
		KUŘE PO STAROČESKU, BULGUR	1
	SVAČINKA	CHLÉB ŽITNÝ KVÁSKOVÝ, POMAZÁNKA SÝROVÁ, PAPRIKA, ČAJ POMERANČ	12
Č T V R T E K	PŘESNÍDÁVKA	CEREÁLNÍ MEDÍNKY, MLÉKO BIO, ČAJ OSTRUŽINOVÝ, OVOCE	1,7
	OBĚD	POLÉVKA JÁHLOVÁ SE ZELENINOU BRUNOISE	1,9
		ČOČKA NA KYSELO, CHLÉB VENKOV, OKUREK STERIL	1,12
	SVAČINKA	CHLÉB TOUSTOVÝ, POMAZÁNKA SARDINKOVÁ, ZELENINOVÁ OBLOHA, ČAJ OVOCNÝ	1,4,7
P Á T E K	PŘESNÍDÁVKA	CHLÉB PODMÁSLOVÝ, POMAZÁNKA KAPIOVÁ, ČAJ S MLÉKEM, OVOCE, ZELENINA	1,7
	OBĚD	POLÉVKA HOUBOVÁ S BRAMBOREM	1,9
		VEPŘOVÁ PANENKA PO ZAHRADNICKU, RÝŽE S POHANKOU	1
	SVAČINKA	VEKA, POMAZÁNKOVÉ MÁSLA, BÍLÁ ŘEDKVIČKA, ČAJ SE SIRUPEM	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 ZAHŘÁDKA, ŘEZNICTVÍ JISTEBNÍK, BOČEK PEKAŘSTVÍ, FARMA BEZDÍNEK, FA
OTASLOVCE. FA LIČKA

DENNĚ CHYSTÁME JÍDLA 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.