

# JÍDELNÍČEK

## PONDĚLÍ 29. 11.

JÍDLO		PITNÝ REŽIM	ALERGENY
PŘESNÍDÁVKA	Chléb s medem, ovoce	mléko	1 7
POLÉVKA	Bramborová		1 7 9
HLAVNÍ JÍDLO	Čočka po orientálsku		7
SVAČINA	Rohlík s máslem, zelenina	Čaj	1 7

## ÚTERÝ 30. 11.

JÍDLO		PITNÝ REŽIM	ALERGENY
PŘESNÍDÁVKA	Chléb, pomazánka z červené řepy	Mléko	1 7
POLÉVKA	Hovězí s kuskusem		1 9
HLAVNÍ JÍDLO	Krůtí maso v hrášku, brambory		1 7
SVAČINA	Chléb s pomazánkou z lučiny, ovoce	mošt	1 7

## STŘEDA 1. 12.

JÍDLO		PITNÝ REŽIM	ALERGENY
PŘESNÍDÁVKA	Chléb, pomazánka rybičková, zelenina	Mléko	1 4 7
POLÉVKA	Zeleninová		1 9
HLAVNÍ JÍDLO	Neapolské nudle		1 7 9
SVAČINA	Chléb, pomazánka česneková, ovoce		1 7

## ČTVRTEK 2. 12.

JÍDLO		PITNÝ REŽIM	ALERGENY
PŘESNÍDÁVKA	Chléb, pomazánka z pohanky, zelenina	Mléko	1 6 7
POLÉVKA	Rumfordská jušele		4 7
HLAVNÍ JÍDLO	Hovězí přírodní roštěná, jasmínová rýže		7
SVAČINA	Kaiserka s máslem, ovoce		1 7

## PÁTEK 3. 12.

JÍDLO		PITNÝ REŽIM	ALERGENY
PŘESNÍDÁVKA	Chléb, pomazánka voňavá, zelenina	Bikava	1 7
POLÉVKA	Zelňačka		1 7 9
HLAVNÍ JÍDLO	Mahi-mahi zapečené s vajíčkem, brambory	šťáva	3 4 7 12
SVAČINA	Kukuřičný křupavý plátek, ovoce		7



- ✚ **Koření je používáno v přiměřené míře a může být zdrojem alergenů 6,8,10**
- ✚ **Pitný režim je zajištěn po celý den, včetně čisté vody!**
- ✚ **Čaj je ochucen střídavě citronem, ovocnými šťávami, vitamínovým sirupem**
- ✚ **Mléko je podáváno ve formě kaka, bílé kávy, malca, Caro nápoj**
- ✚ **Chléb podáváme tmavý, celozrnný, toustový, kváskový, dýňový, slunečnicový**
- ✚ **Změna jídelníčku vyhrazena!**
- ✚ **Pokrmu jsou určeny k okamžité spotřebě v MŠ Písnička**
- ✚ **Podle Zákona o potravinách 110/1997 a následné novely zákona 180/2016Sb §9a uvádíme množství pokrmu na 1 dětskou porci**

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

✚ **Velikost porce vychází z výživových norem dle vyhlášky 107/2005 Sb. o školním stravování**