

Jídelníček 26.10. - 30.10. 2026

Pondělí * 26.10.2026

Přesnídávka: Zakysaná smetana se skořicí, piškoty, zeleninovo-ovocná miska (7)
Polévka: Luštěninová polévka s fazolemi
Hl. jídlo: Špaldová pizza Margherita, římský salát (1,7)
Svačina: Vajíčková pomazánka, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Svačina po obědě domů 12,00 hod. -14,00 hod. - Fermentík – svačinka ze zeleniny, klíčeného bezlepkového ovsa a ovoce

Úterý * 27.10.2026

Přesnídávka: Česneková pomazánka s bylinkami, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Polévka: Maďarská rybí polévka z tresky (4,9)
Hl. jídlo: Špagety s kuřecím masem, sušenými rajčaty a bazalkou, salát z bílé ředkve (1,7)
Svačina: Cizrnový hummus se sušenými rajčaty, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Svačina po obědě domů 12,00 hod. -14,00 hod. – Alaska – kukuřičná trubička

Středa * 28.10.2026 – státní svátek - volno

Čtvrtek * 29.10.2026 - plavání

Tento den se vaří podle 2.oddělení - červeno-modré.

Přesnídávka: Kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Polévka: Hovězí vývar kořenovou zeleninou a dětskými těstovinami (1,9)
Hl. jídlo: Kuře na paprice, kolínka, jahodový kompot (1,7)
Svačina: Vanilkový pudink, piškoty, ovocná miska (1,7)
Svačina po obědě domů 12:00-14:00 – Čočkový chlebíček s jogurtovou polevou.

Pátek * 30.10.2026

Přesnídávka: Sardinková pomazánka, acidofilní mléko, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Polévka: Pórková polévka se šlehaným vejcem (3)
Hl. jídlo: Čočka na kyselo s opečenou cibulkou a tempehem, pečivo, kyselé zelí (1)
Svačina: Máslo, strouhaný sýr, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Svačina po obědě domů 12,00 hod. -14,00 hod. – Žofík – jemné pečivo s vanilkovou náplní

Informace pro rodiče:

Pití je na výběr po celý den – čistá voda, mléko, ovocný čaj, voda s ovocem, s bylinkami.
Děti si mohou druh nápoje vybrat samy.

Zeleninovo – ovocná miska – jablka, hrušky, pomeranč, hroznové víno, švestky, okurka, paprika, řapíkatý celer, rajče, ředkvička, mrkev.

Zobání po děti – roznáší se do tříd v mističkách, děti mohou kdykoliv zobat (oříšky, rozinky, semínka, brusinky, sušené ovoce).

Zdravé a pestré stravování je pro nás důležité. Proto se v našem jídelníčku běžně nesetkáte se salámy a dalšími uzeninami. Pokud výjimečně sáhneme po šunce, slanině či špeku, vybíráme kvalitní výrobky a používáme je v přiměřeném množství, především jako součást či dochucení pokrmu. Polévky a omáčky zahušťujeme bezlepkovým způsobem“ (solamylem, kukuřičnou, rýžovou, hrachovou či jinou bezlepkovou moukou).

Alergeny:

1. **Lepek** – pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich odrůdy
2. **Korýši**
3. **Vejce**
4. **Ryby**
5. **Arašídy**, podzemnice olejná
6. **Sója**
7. 7.**Mléko**
8. **Skořápkové plody**, mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie
9. **Celer**
10. **Hořčice**
11. **Sezam, Oxid siřičitý a siřičitany** E220, E221, E222, E223, E224, E226, E227, E228
12. **Vlčí bob,** lupina
13. **Měkkýši**

MATEŘSKÁ ŠKOLA LIBOCKÁ

DNES VAŘÍME
PODLE TŘÍDY

2. ODDĚLENÍ – ČERVENO-MODRÉ

Čtvrtek 29. 10. 2026

Přesnídávka

Kváskové pečivo,
zeleninovo-ovocná miska
(1,7)



Polévka

Hovězí vývar kořenovou zeleninou a dětskými těstovinami
(1,9)



Hl. jídlo

Kuře na paprice,
kolínka,
jahodový kompot
(1,7)



Svačina

Vanilkový pudink,
piškoty, ovocná miska
(1,7)



Svačina po obědě domů

12;00 hod. – 14,00 hod.

Čočkový chlebíček s jogurtovou polevou.

