

Jídelníček 2.11. – 6.11.2026

Pondělí * 2.11.2026

Přesnídávka: Přesnídávka s příchutí jablka, dalamánek, zeleninovo-ovocná miska (1)
Polévka: Čočková polévka s kořenovou zeleninou (9)
Hl. jídlo: Kroupový nákyp se zelím a bramborami, rajčatová salát (1)
Svačina: Domácí rozhuda, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Svačina po obědě domů 12:00-14:00 – Rozárka – jemné čajové pečivo.

Úterý * 3.11.2026

Přesnídávka: Jemná křenová pomazánka, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Polévka: Rybí polévka ze sumečka s polentou (9)
Hl. jídlo: Pomalu pečené krůtí kostky s řapíkatým celerem, bulgur s pohankou, polníček s dresinkem (1)
Svačina: Jablečno-řepová pomazánka, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Svačina po obědě domů 12:00-14:00 - Kukuřičný chlebíček s hrachovým proteinem.

Středa * 4.11.2026

Přesnídávka: Bazalková pomazánka, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Polévka: Bramboračka s hlívou ústřičnou (9)
Hl. jídlo: Masová sekaná s pohankou, bramborovo - dýňové pyré, zelný salát s mrkví (7)
Svačina: Mrkvová pomazánka, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Svačina po obědě domů 12:00-14:00 – Raw Me – ovocná tyčinka.

Čtvrtek * 5.11.2026- plavání

Přesnídávka: Kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1)
Polévka: Zeleninový vývar s vaječnou zavářkou (3,9)
Hl. jídlo: Krůtí maso v kurkumové smetanové omáčce, kuskus, ledový salát s pomerančem (1,7)
Svačina: Ovesná banánová kaše, ovocná miska (7)
Svačina po obědě domů 12,00 hod. -14,00 hod. - Pytlíček sušeného ovoce a oříšků, sezónní ovoce.

Pátek * 6.11.2026

Tento den se vaří podle 1.oddělení – oranžové.

Přesnídávka: Pažitková pomazánka, podmáslí, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Polévka: Tomatová polévka s hráškovým křupáním
Hl. jídlo: Pečený losos s batátovými hranolky, zeleninový salát s jogurtem (4,7)
Svačina: Máslo, pražená dýňová semínka, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)
Svačina po obědě domů 12,00 hod. -14,00 hod.: Neslazené ovocné pyré.

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

1. ODDĚLENÍ – ORANŽOVÍ

Pátek 6. 11. 2026

Přesnídávka

Pažitková pomazánka, podmáslí, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)



Polévka

Tomatová polévka s hráškovým křupáním



Hl. jídlo

Pečený losos s batátovými hranolky, zeleninový salát s jogurtem (4,7)



Svačina

Máslo, pražená dýňová semínka, kváskové pečivo, zeleninovo-ovocná miska (1,7)



Svačina po obědě domů

12,00 hod. – 14,00 hod.

Neslazené ovocné pyré.

