



JÍDELNÍČEK

MATEŘSKÁ ŠKOLA SVITÁVKA

28. 9. – 2. 10. 2026

DEN



PŘESNÍDÁVKA



POLÉVKA



HLAVNÍ CHOD



ODPOLEDNÍ SVAČINA



PO

28. 9. 2026



STÁTNÍ SVÁTEK



ÚT

29. 9. 2026

Ovesná kaše s mlékem,
jablkem a skořicí,
čekankový sirup

Alergeny: 1, 7

Zeleninová s quinoou

Alergeny: 9

Koprová omáčka, vejce,
vařené brambory

Alergeny: 1, 3, 7

Sýrová pletýnka,
bílá káva

Alergeny: 1, 7



ST

30. 9. 2026

Pudinková mňamka s tvarohem,
piškotem a ovocem

Alergeny: 1, 3, 7

Vývar s celestýnskými
nudlemi

Alergeny: 1, 3, 7, 9

Rizoto s kuřecím masem
a zeleninou, zeleninkový salát

Alergeny: 9

Grahamový rohlík
s pomazánkou z ajvaru,
zelenina

Alergeny: 1, 7



ČT

1. 10. 2026

Chia chléb s lučinou a pažitkou,
zelenina, bílá káva

Alergeny: 1, 7

Rybí polévka s krutonky

Alergeny: 1, 4, 9

Hovězí na kořenové zelenině,
špece

Alergeny: 1, 7, 9

Celozrnný toastík
s máslem a marmeládou,
ovoce

Alergeny: 1, 7



PÁ

2. 10. 2026

Brokolicové placičky se sýrem,
jogurtový dip

Alergeny: 1, 3, 7

Bramborová s houbami

Alergeny: 1, 9

Rybí nákyp s batátovo-
bramborovou kaší,
zeleninový salátek

Alergeny: 1, 3, 4, 7

Hummus s mrkvičkou
a okurkem

Alergeny: 11

PITNÝ REŽIM

- Voda – čistá, neslazená
- Čaj (ovocný, bylinkový)
- Mléko (dle nabídky)



ČERSTVÁ ZELENINA A OVOCE KAŽDÝ DEN



ZÁSADY NAŠEHO JÍDELNÍČKU

- Používáme kvalitní a čerstvé suroviny.
- Upřednostňujeme domácí přípravu jídel.
- Omezujeme sladké pokrmy a slazené nápoje.
- Dodržujeme pitný režim po celý den.
- Dbáme na pestrost a vyváženost stravy.



OBSAHUJE ALERGENY:

- 1 lepek, 2 koryši, 3 vejce, 4 ryby,
- 5 podzemnice olejná, 7 mléko,
- 9 celer, 11 sezamová semena,
- 12 oxid siřičitý a siřičitany,
- 13 vlní bob, 14 měkkýši



Alergeny jsou uvedeny číslly dle směrnice EU č. 1169/2011.
Bližší informace o alergenech na vyžádání v vedoucí školní jídelny.