

Příloha č.1 - Potravinová pyramida



(Illková, Vašíčková, 2004, s. 19)

Příloha č.2 - Výživové normy pro školní stravování

Výživové normy pro školní stravování

Průměrná měsíční spotřeba vybraných druhů potravin na strávnicka a den v gramech, uvedeno v hodnotách "jak nakoupeno".

Věková skupina strávnicků, hlavní a doplňková jídla	Druh a množství vybraných potravin v g na strávnicka a den										Ovoce celkem	Brambory Luštěniny
	Maso	Ryby	Mléko	Mléčné tekuté	Mléčné výr.	Tuky volné	Cukr volný	Zelenina celkem	Ovoce celkem	Brambory Luštěniny		
3 - 6 r. přesnídávka, oběd, svačina	55	10	300	31	17	20	110	110	110	90	10	
7 - 10 r. oběd	64	10	55	19	12	13	85	85	65	140	10	
11 - 14 r. oběd	70	10	70	17	15	16	90	90	80	160	10	
15 - 18 r. oběd	75	10	100	9	17	16	100	100	90	170	10	
celodenní stravování												
3 - 6 r.	114	20	450	60	25	40	190	190	180	150	15	
7 - 10 r.	149	30	250	70	35	55	215	215	170	300	30	
11 - 14 r.	159	30	300	85	36	65	215	215	210	350	30	
15 - 18 r.	163	20	300	85	35	50	250	250	240	300	20	

(vyhláška 107/2005Sb.)

Příloha č.3 - Finanční limity na nákup potravin

Věkové skupiny strážníků, hlavní a doplňková jídla	Finanční limity Kč/den/strážník
1. Strážníci do 6 let	
snídaně	7,00 až 13,00
přesnídávka	6,00 až 9,00
oběd	14,00 až 25,00
svačina	6,00 až 9,00
večeře	12,00 až 19,00
Celkem (celodenní) na nápoje	45,00 až 75,00 3,00 až 5,00
2. Strážníci 7 - 10 let	
snídaně	9,00 až 15,00
přesnídávka	7,00 až 12,00
oběd	16,00 až 32,00
svačina	6,00 až 10,00
večeře	14,00 až 25,00
Celkem (celodenní)	52,00 až 94,00
3. Strážníci 11 - 14 let	
snídaně	10,00 až 16,00
přesnídávka	7,00 až 12,00
oběd	19,00 až 34,00
svačina	7,00 až 11,00
večeře	15,00 až 27,00
Celkem (celodenní)	58,00 až 100,00
4. Strážníci 15 a více let	
snídaně	11,00 až 17,00
přesnídávka	7,00 až 12,00
oběd	20,00 až 37,00
svačina	7,00 až 11,00
večeře	17,00 až 34,00
Celkem (celodenní)	62,00 až 111,00

(vyhláška 107/2005Sb.)

Příloha č.4 - Řízený rozhovor s vedoucí učitelkou Mateřské školy 1

Příloha č. 4 - Řízený rozhovor s vedoucí učitelkou Mateřské školy 1

Co je pro mě důležité?!

1) Jaké jsou charakteristické rysy vaší mateřské školy?
„Naše mateřská škola je dvoutřídní s celkovou kapacitou 50 dětí a je tudíž nejmenší mateřskou školou v Nymburce. Byla otevřena v roce 1977 a v roce 2004 prošla rekonstrukcí. Naše mateřská škola se nejvíce zaměřuje na výtvarnou a hudebně-pohybovou výchovu. Děti mají tak možnost se seznámit s různými výtvarnými technikami a zúčastnit se výtvarných soutěží.“

2) Pořádá vaše mateřská škola nějaké akce?
„Akce mateřské školy jsou velmi rozmanité. V září máme zahájení školního roku, kde spolu s dětmi a s rodiči opékáme špekáčky a pořádáme také sportovní soutěže. Dále děti chodí cestu odvahy, zúčastňují se lampionového průvodu a v prosinci rozsvěcíme vánoční stromek. Tyto aktivity jsou realizovány v odpoledních hodinách. Každý rok jezdíme na školu v přírodě do Jizerských hor, kam jede 50% dětí.“

3) Jaké jsou ve vaší mateřské škole stravovací návyky?
„Naše mateřská škola nabízí celodenní stravování a k přípravě pokrmů slouží vlastní kuchyň. Máme zde zkušeného kuchaře a rodiče si připravovaná jídla velice chválí. Každý den mají děti ovoce a zeleninu“

4) Jak řešíte situaci, kdy jídlo dítě odmítá?
„Do jídla děti nemutíme, ale motivujeme je. Na talíř dostanou vše, aby měli šanci se s danými potravinami seznámit. Když dítě jídlo nezkonsumuje, není mu nabídnuta jiná alternativa. U dětí nejsou oblíbené luštěniny, ale děti je v podobě pomazánek zkonsumují.“

5) Jakým způsobem děti dodržují pitný režim a jaké nápoje mají děti k dispozici?
„Během dne jsou děti na pitný režim upozorňovány. Mají k dispozici po celý den čaj, vodu nebo šťávu, kterou si mohou samy nalít. Čaj bývá převážně ovocný nebo černý slazený.“

6) Jakými pohybovými aktivitami mateřská škola přispívá ke zdravému vývoji dítěte a jak často jsou realizované?
„Pohybové aktivity jsou realizovány každý den od 8.30 – 9.00. Každý den chodíme ven za každého počasí. K venkovním aktivitám nám slouží zahradka, kde je oblíbená dřevěná loď. Dále chodíme na procházky podél řeky, a nebo do nedalekého lesoparku. Předškolní děti pravidelně navštěvují plavecký bazén, kde se před vstupem do vody protahují a tráví v bazénu 30 minut.“

7) Jak se ve vaší mateřské škole řeší odpočinek po obědě? 20
„Na lůžka chodí všechny děti a setrvávají na něm minimálně 40 minut. Před spaním si vyčistí zuby a převléknou do pyžama. Zuby si děti čistí rády, především díky projektu PREVENCE ZDRAVÝ CHRUP, který je realizován studenty střední zdravotní školy. Před spaním se místnost vyvětrá a přečte se dětem pohádka. Po zhruba 20 minutách se děti, které chtějí, můžou jít věnovat tichým činnostem.“

● charakteristika ● akce ● stravování ● pohyb ● odpočinek

Příloha č.5 - Řízený rozhovor s vedoucí učitelkou Mateřské školy 2

Příloha č. 5 - Řízený rozhovor s vedoucí učitelkou Mateřské školy 2

Co je pro mě důležité?!

Kapacita
• 100 dětí
• 4 homogenní třídy
• 8 pedagog. + 1 chůva

1) Jaké jsou charakteristické rysy vaší mateřské školy?

„Naše mateřská škola byla jedna z vítězů grantové výzvy 2018 s názvem programu – Zahradní hra, proto se v budoucnosti zaměříme na environmentální výchovu a budeme chtít trávit více času venku. Naše mateřská škola má čtyři homogenní třídy a v každé je 25 dětí. O 100 dětí pečují 8 pedagogů a u nejmladších má svou roli i chůva.“

Akce během roku
na školní v přírodě
a lyžařské výcviky
nejezdí

2) Pořádá vaše mateřská škola nějaké akce?

„Pořádáme zahradní slavnosti na začátku školního roku, bludičkovou cestu, restaurant day a loučení s předškoláky na konci školního roku. Na školy a lyžařské výcviky nejezdíme.“

škola v přírodě

vlastní kuchyn
zapojení dětí do
přípravy

3) Jaké jsou ve vaší mateřské škole stravovací návyky?

„Mateřská škola zajišťuje celodenní stravování připravované ve vlastní kuchyni, kde vaří dva kuchaři dle odpovídajících norem. Snažíme se děti motivovat k ochutnání. Děti se mohou zapojit do přípravy svačiny, což je motivuje k ochutnání svačiny. V případě, že má dítě vegetariánskou stravu, musí si pokrm zajistit doma. Děti se zdravotními problémy mají alternativní stravu.“

možnost malé
alternace

4) Jak řešíte situaci, kdy jídlo dítě odmítá?

„V případě, že dítě jídlo odmítá, má možnost malé alternace. Může si zvolit pokrm například bez omáčky. Když máme ke svačině pečivo s pomazánkou, může si dítě vzít chléb suchý.“

po celý den
slazený čaj, voda,
mléko

5) Jakým způsobem děti dodržují pitný režim a jaké nápoje mají děti k dispozici?

„Děti mají k dispozici po celý den slazený černý čaj, vodu nebo mléko. Děti si samy mohou nalít nápoj ze džbánu, ke kterému mají přístup po celý den“

Každý den zdravotní
cviky a průpr. cvičení
hudebně-pohyb. čin.
venku tráví až 2 hod.
navštěva bazénu
a zimního stadionu

6) Jakými pohybovými aktivitami mateřská škola přispívá ke zdravému vývoji dítěte a jak často jsou realizované?

„Každý den jsou s dětmi prováděny zdravotní cviky a průpravná cvičení. U dětí jsou oblíbené hudebně-pohybové činnosti, které jsou realizovány každý den během ranního kruhu. Máme rozlehlou zahradu, kde trávíme až dvě hodiny denně. Také chodíme na procházky, ale ty jsou spíše účelové. Při nepříznivém počasí zůstáváme v prostorách mateřské školy. Během zimního období navštěvujeme zimní stadion a plavecký bazén. Respektujeme individuální potřebu pohybové aktivity, spánku a odpočinku.“

oddělená místnost
na spaní
postýlky
na lůžko všechnu
dětí (20-30)minut.

7) Jak se ve vaší mateřské škole řeší odpočinek po obědě?

„Na odpočinek je určena místnost, která je vybavená malými postýlkami a je během celého dne větrána. Děti si mohou přinést plyšovou hračku z domova. Na lůžko jdou děti všech věkových kategorií a leží 20 až 30 minut. Ke spánku děti nenutíme. Dětem je čtena pohádka a puštěna relaxační hudba, u které většina dětí usne.“

70

• charakteristika • akce • stravování • pohyb • odpočinek

Příloha č. 6 - Řízený rozhovor s vedoucí učitelkou Mateřské školy 3

Příloha č. 6 - Řízený rozhovor s vedoucí učitelkou Mateřské školy 3

Co je pro mě důležité?!

Kapacita
- 148 dětí, 6 het. tříd
12 pedagog.
největší MŠ

spoustu akcí
podporující pohyb
lyžařské výcvikové
školy v přírodě

spolupráce
každý den ovoce
a zelenina
děti rozhodují o
velikosti porce.
motivace
to co nemají rádi
lostanou v malém
množství.

Během dne - voda,
sirup
k jídlu neslazený čaj,
vodu, sirup, mléko

Děti fyzicky zdatné
každý den min. 30 min
pohyb. aktivity
gymnastika, plavání,
bruslení, lyžování

čistění zubů
předškoláci se
přesouvají do jiné třídy
nespí
male děti se převlékají
a spí na matracích

1) Jaké jsou charakteristické rysy vaší mateřské školy?

„Naše mateřská škola má kapacitu 148 dětí v šesti heterogenních třídách. Jsme tak největší mateřskou školou ve městě Nymburk. V každé třídě jsou dva pedagogičtí pracovníci. Během řízených činností děti učíme hrát na zobcovou flétnu a základy angličtiny.“

2) Pořádá vaše mateřská škola nějaké akce?

„Pořádáme spoustu akcí například dopravní soutěže, atletickou olympiádu, módní přehlídky a aktivně se zapojujeme do celostátního festivalu mateřských škol Mateřinka. Každý rok v zimních měsících jezdíme na lyžařské výcvikové školy, kterých se mohou zúčastnit i rodiče. V letních měsících pořádáme školu v přírodě. Další akce, které organizujeme, jsou zahradní slavnosti, vánoční besídky, vystoupení dětí v divadle, oslavy svátku matek a besedy pro rodiče.“

3) Jaké jsou ve vaší mateřské škole stravovací návyky?

„Přípravu pokrmů zařizuje základní škola, která je součástí areálu. Během stravování jsou předškoláci nápomocni mladším dětem. Ke každému jídlu mají děti k dispozici ovoce nebo zeleninu. Každé dítě má možnost se rozhodnout, jak velká porce mu bude nandána. Díky tomu většina dětí vše zkonsumuje.“

4) Jak řešíte situaci, kdy jídlo dítě odmítá?

„Snažíme se děti motivovat a nejlépe funguje věta: Když to sníš, vyrostou ti svaly! V případě, že je ke svačině pečivo s pomazánkou, mohou dostat pečivo suché. V případě oběda je dětem nandáno vše, a to co nemají rády je nandáno v malém množství a na straně talíře.“

5) Jakým způsobem děti dodržují pitný režim a jaké nápoje mají děti k dispozici?

„Pitný režim dodržujeme. Děti si během dne samostatně nalévají do svých hrnečků vodu, nebo slabý sirup. K jídlu podáváme neslazený čaj, vodu, sirup, nebo mléko v souladu s pokrmem.“

6) Jakými pohybovými aktivitami mateřská škola přispívá ke zdravému vývoji dítěte a jak často jsou realizované?

„V naší mateřské škole jsou děti velmi fyzicky zdatné. Každý den věnujeme minimálně půl hodiny aktivní pohybové činnosti. Učíme děti základy gymnastiky, plavání, bruslení a lyžování. Pro realizaci pohybových aktivit slouží velká rozmanitá zahrada, kde máme vlastní lanové centrum a lanové hřiště.“

7) Jak se ve vaší mateřské škole řeší odpočinek po obědě?

„Po obědě si všechny děti čistí zuby. Předškoláci odchází do jiné třídy, kde vypracovávají pracovní listy, nebo dělají klidové činnosti. Děti, které spí, se převlékají do pyžama a přesouvají se na matrace. Před spaním je místnost vyvětrána a dětem se přečte pohádka. Průměrně děti spí 1,5 hodiny až 2 hodiny.“

Příloha č. 7 - Pozorovací arch- Mateřské školy 1

POZOROVACÍ ARCH

Mateřská škola: 1

Datum: 22.2.2019

Počet dětí ve třídě: 25

Aktuální počet dětí ve třídě: 14

ČAS	ČINNOST	MÉ POSTŘEHY
7:05 - 8:33	Příchod dětí do třídy. Spontánní činnost, děti si hrají se stavebnicemi a vyžadují po učitelce puzzle a magnetickou desku s tvary.	Většina dětí přichází až po 8 hodině. Je málo dětí, kvůli nemocnosti. Některé děti si dodělávají výkresy.
8:40 - 8:50	Zazpívání dvou písní, pohybová aktivita – rušná část (hra na auta), rozcvička.	Otevření okna před cvičením. Děti cvičí s bačkoramí a i při rozcvičce je mají na nohou. Rozcvičku začínají vždy ze sedu.
8:50 - 9:17	Osobní hygiena, dopolední svačina, k svačině (banán, lupínky s mlékem)	Děti si samy prostrou a jdou si v řadě pro táč se svačinou. Odnosou si svačinu a čekají frontu na nápoj (čaj). Po jídle na sebe děti čekají u stolu.
9:17 - 9:46	Výtvarná činnost- výroba sněženek. Kdo to měl hotové - odchází si dělat spontánní činnost na koberec.	Výtvarná výchova je dle mého názoru příliš řízená. A děti vytváří dle předloh – minimální rozvoj kreativity a fantazie.

9:46 -10:45	Všechny děti si dělají neřízené činnosti. Hra na koberci s panenkami, autodráhou, stavebnice, kostky, malá zoo.	V tuto chvíli byla malá chvílka věnována integrovanému chlapci a byly s ním prováděny logopedické cvičení. (10 minut)
10:45 - 11:45	Osobní hygiena, příprava na pobyt venku, procházka kolem bytových domů. Pobyt na zahradě	Trasa procházky byla pro děti stereotypní a nebyla prokládána žádnými pohybovými chvílkami nebo hrami. Pobytu na zahradě bylo věnováno posledních 15 minut.
12:00 - 12:30	Osobní hygiena, oběd (polévka s nudličkami, rizoto s červenou řepou, čaj)	Děti si prostřely a usedly na svá místa. Byla jim nalita polévka. Tuto polévku skoro všechny děti snědly. Poté si děti odnesly prázdný talíř a přinesly si hlavní chod. Čtyři děti si šly přidat a jedno dítě vůbec nechtělo jíst.
12:30 - 13:03	Osobní hygiena, čištění zubů, převlékání do pyžama, uložení na lůžko (odpočívání / spánek).	Po obědě šlo 8 dětí domů a na spaní zbylo 6 dětí, proto do této třídy přešlo 9 zůstávajících dětí i z vedlejší třídy. Byla dětem přečtena pohádka a usnulo 12 dětí z 15.
13:03	První děti odchází si hrát ke stolečkům	Odešly 3 děti a ostatní spí.
14:13 - 14:30	Probouzení dětí a oblékání	Děti se navzájem respektovaly a všechny činnosti prováděly v tichosti.

14:30 - 14:50	Budí se poslední dítě, provádí se osobní hygiena, odpolední svačina (chléb s luštěninovou pomazánkou a ředkvičkou, čaj) děti postupně odchází domů	Lůžka po spaní uklízí paní uklízečka. Pomazánka chutnala 11 dětem z 15. Dvě děti si přidaly.
14:50 - 15:21	Spontánní činnost, děti si hrají na koberci a postupně odchází domů.	Děti zůstaly v jedné třídě. Poslední dítě odchází v 15:21 domů.

Reflexe

Pohybové aktivity v tento den mi přišly nedostačující. Do pohybové činnosti bych zařadila více her nebo cvičení pro rozvoj nových dovedností a relaxaci. Děti měly omezené možnosti pohybu. Po třídě se mohly pohybovat pouze pomalu z bezpečnostních důvodů a u spontánních činností volily spíše sedavé hry.

U svačiny mě překvapil zavedený systém, který děti dodržovaly. Děti, které šly čekat frontu na jídlo stály podél zdi, aby nestály v cestě dětem, které si jídlo již odnášely. S jídlem a s hrníčky se pohybovaly pomalu. Většina dětí celou svačinu snědla a banán odmítly 3 děti.

U výtvarné činnosti mi přijde škoda potlačení dětské kreativity. Děti měly přesný návod, jak sněženky tvořit. Včetně počtu květů. Překvapilo mě, že spousta dětí volila kreslení v neřízené spontánní činnosti. Myslím si, že to je z toho důvodu, že v tuto chvíli si mohly kreslit plně dle svých představ.

Z pobytu venku jsem byla nemile překvapena, kdy děti chodily kolem bytových domů. Jak jsem již psala, blízko mateřské školy je k dispozici krásný lesopark, kde děti mají více možností k pohybu. Když děti obešly celý blok, vrátily se na zahradu, kde jsem byla zaskočena jednáním paní učitelky. V případě, kdy dítě hodilo klackem nebo vylezlo na místo, které nebylo povolené, učitelka ho napomenula a postavila za trest do rohu zahrady, kde mělo zakázáno vykonávat jakoukoli činnost, až do odvolání. Tento trest trval v rozmezí od 5 do 10 minut.

11:45 se děti vracely do mateřské školy, kde se převlékly, umyly si ruce a posadily se ke stolům, kde jim byla společně nandána polévka. Tato polévka s nudlemi

je u dětí oblíbená a většina dětí polévku snědla. Pro hlavní chod si chodily k okénku a tvořily frontu stejným způsobem jako u svačiny. Hlavním chodem bylo rizoto s červenou řepou, které jedno dítě zcela odmítlo jíst. Učitelka se snažila dítě motivovat, ale nenutila ho. Ostatní děti si jídlo chválily a čtyři děti si dokonce šly přidat.

Po jídle si všechny děti šly vyčistit zuby a některé odcházely domů. Před spaním paní učitelka řádně vyvětrala místnost. Pro nízký počet dětí se třídy spojily a na lůžko si šlo lehnout 15 dětí. Byla jim přečtena pohádka a 12 dětí usnulo. Překvapilo mě, že usnulo tolik dětí. Myslím si, že jsou na to zvyklé a odpočinek na lůžku je pro ně prospěšný. Po 30 minutách vstalo první dítě a v tichosti odešlo si hrát se stavebnicí ke stolu. Ve 14:30 se probudilo poslední dítě, převléklo se a všichni společně šly na svačinu.

K svačině děti měly chléb s luštěninovou pomazánkou a s ředkvičkami. Čtyřem dětem pomazánka nechutnala a snědly pouze ředkvičky. Ostatní děti si pochutnávaly a dvě si chléb přidaly. Během svačiny už odcházely některé děti domů. Při odpoledních neřízených činnostech si děti postavily dráhu a hrály si s ní. Dvě děvčata si udělaly kadeřnictví a dělaly si účesy. Do neřízené činnosti paní učitelka nezasahovala. V 15:21 odešlo poslední dítě domů.

Příloha č. 8 - Souhrn pozorovacích archů Mateřské školy 1

Mateřská škola 1		
Je každý den v mateřské škole podáváno ovoce nebo zelenina?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
11.2	ANO	Paprika, okurka
20.2	ANO	Jablko. rajče
22.2	ANO	Banán
25.2	ANO	Rajčata, strouhaná mrkev
28.2	ANO	Hroznové víno
6.3	ANO	Hruška
8.3	ANO	Okurka
Mají děti přístup k nápojům po celý den?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
11.2	ANO	Sirup
20.2	NE	-
22.2	ANO	Slazený čaj
25.2	NE	-
28.2	NE	
6.3	ANO	Voda
8.3	ANO	Sirup
Jsou realizovány řízené pohybové aktivity každý den?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
11.2	ANO	Během ranních činností - 10 min, rušná část, rozcvička
20.2	ANO	30 min. řízené pohybové aktivity
22.2	ANO	Během ranních činností - 10 min, rušná část, rozcvička
25.2	NE	Cesta do divadla
28.2	ANO	Během ranních činností - 15 min
6.3	ANO	30 min řízené pohybové činnosti
8.3	ANO	Během ranních činností - 10 min

Byl organizován pobyt venku?

Datum	Ano/ne	Poznámky
11.2	ANO	30 min- procházka kolem bytových domů
20.2	NE	Nepříznivé počasí
22.2	ANO	1 hod. – procházka kolem bytových domů, zahrada
25.2	ANO	Cesta do divadla
28.2	ANO	1 hod 30 min- procházka do lesoparku
6.3	ANO	1 hod 15 min- pobyt na zahradě
8.3	ANO	40 min- procházka kolem bytových domů

Jak probíhal odpočinek po obědě?

Datum	Poznámky
11.2	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 10 dětí ze 14, všichni odpočívali.
20.2	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 9 dětí ze 12, všichni odpočívali.
22.2	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 12 dětí ze 15, všichni odpočívali.
25.2	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 8 dětí ze 13, všichni odpočívali.
28.2	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 10 dětí ze 13, všichni odpočívali.
6.3	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 12 dětí ze 12, všichni spí.
8.3	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 9 dětí ze 13, všichni odpočívali.

Příloha č.9 - Pozorovací arch- Mateřské školy 2

POZOROVACÍ ARCH

Mateřská škola: 2

Datum: 15.2.2019

Počet dětí ve třídě: 25

Aktuální počet dětí ve třídě: 21

ČAS	ČINNOST	MÉ POSTŘEHY
6:15 - 7:00	Děti se scházejí v jedné třídě a v 7:00 se rozcházejí do kmenových tříd.	V tuto dobu si společně hrály děti všech věkových kategorií. <ul style="list-style-type: none">- Navlékání korálků, stavění autodráh, malá kuchyňka.
7:00 - 8:30	Děti ve svých kmenových třídách provozují volnou činnost.	Malé děti běhají po třídě a nedbají pokynů paní učitelky (úraz – spálení čela o koberec). <ul style="list-style-type: none">- hra s auty a knihami- 8:15 učitelka pouští hudbu a děti spontánně tancují
8:30 - 8:46	Osobní hygiena a dopolední svačina, k svačině (chléb s rybí pomazánkou, slazený čaj).	Svačina nebyla doplněna žádným ovocem ani zeleninou. Děti měly možnost si chléb namazat samy, a nebo si vzít chléb namazaný. Většina dětí volila možnost si chléb namazat sama.

8:46 - 9:34	Řízená činnost – konverzace v kruhu o knihách, říkání básničky a krátký řízený tanec při hudbě (nácvik besídky).	Děti básničku opakovaly třikrát společně a poté si jí zkoušel každý sám. O knihách si povídaly, protože je v následujících dnech čekala návštěva knihovny.
9:34 - 11:15	Převlékání, pobyt venku.	Pobyt venku probíhal v prostorách zahrady, kde děti volně pobíhaly a využívaly pomůcek a věcí na zahradě.
11:15 - 12:00	Přesun do budovy, osobní hygiena a oběd (Zeleninová polévka s bulgurem, hovězí na slanině s rýží, čaj, sirup)	Celou polévku snědlo 12 dětí, u zbylých 9 neměla polévka úspěch. 3 děti si u hlavního chodu nechaly nandat pouze rýži.
12:00 - 13:30	Některé děti odchází domů. Osobní hygiena, převlékání do pyžama, čištění zubů, přesun do ložnice a spánek.	Ložnice byla před spaním řádně vyvětrána. Poté byla dětem předčtena pohádka a puštěna relaxační hudba, usnulo 14 dětí z 21.
13:30 - 14:00	Probouzení dětí, odpolední svačina (veka s máslem a se sýrem, čaj).	Veku snědly všechny děti a během svačiny odešly domů dvě děti.
14:00 - 15:53	Volná činnost	Děti si hrály převážně v dětské kuchyňce a v kadeřnictví. Dvě děti si po učitelce vyžádaly pastelky a papír. 15:53 odchází poslední dítě

Reflexe

Kladně bych hodnotila vytváření vztahů k hudbě a tanci, ovšem tyto aktivity mi nepříjdou dostačující, před tancem nebyly děti řádně protaženy. Do pohybové činnosti bych zařadila více aktivit. Vzhledem k tomu, že v této třídě jsou nejmladší děti je zde nejvyšší výskyt drobných zranění. I přesto, že paní učitelky neustále opakovaly pravidla třídy a upozorňovaly na bezpečný pohyb ve třídě, tak děti na tyto pravidla zapomínaly.

U svačiny jsem byla příjemně překvapená jakým způsobem se děti samy obsluhovaly v podobě namazání chleba. Ovšem na druhou stranu jsem byla lehce zklamána slazenými nápoji a nedostatkem ovoce a zeleniny.

Během komunikačního kruhu si děti povídaly o knihách, jak s nimi zacházet. Každé dítě si předchozí den přineslo svou oblíbenou knihu z domova, kterou si v kruhu společně prohlédly. Následoval nacvičený tanec, který byl připraven na besídku.

Z pobytu venku jsem byla mile překvapena, děti mají k dispozici opravdu rozsáhlé prostory. V pohybu nebyli nijak omezováni. Většinu času vyběhávali malý kopec, který je situován v rohu zahrady. Pobyt venku trval okolo 45 minut, poté se děti přesunuly do budovy mateřské školy, kde se svlékly, provedly hygienu a šly ke stolu obědovat. Devíti dětem polévka nechutnala, někteří polévku pouze ochutnaly. U hlavního chodu 3 děti odmítly jíst omáčku s masem, tudíž dostaly pouze suchou rýži. Po celý den měly děti k dispozici sirup a k pokrmům i slazený čaj. Po obědě odešlo domů dvanáct dětí.

Před odpočinkem se děti převlékly do pyžama a vyčistily si zuby. Do jedné ložnice přišly děti ze dvou tříd. To znamená že na lůžku bylo 21 dětí. Uložily se do postýlek v řádně vyvětrané ložnici, vyslechly si pohádku a poslouchaly relaxační hudbu, u které usnulo 14 dětí.

Mezi 13:30 a 14:00 se děti probouzely a odcházely na svačinu, ke které měly věku s máslem a sýrem. Všechny děti svačinu snědly a odcházely si hrát na koberec nebo do dětské kuchyňky. Postupně si pro děti přicházeli rodiče a odváděli je domů.

Celý den bych zhodnotila kladně po stránce volného pohybu na zahradě a kvalitního odpočinku. Osobně bych přidala více pohybových aktivit a zařadila minimálně jeden kus čerstvé zeleniny nebo ovoce, ovšem vím, že toto opatření je v režii kuchyně a nikoli paní učitelky.

Příloha č.10 - Souhrn pozorovacích archů Mateřské školy 2

Mateřská škola 2		
Je každý den v mateřské škole podáváno ovoce nebo zelenina?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
13.2	ANO	Strouhaná mrkev
15.2	NE	-
19.2	ANO	Jablko
27.2	ANO	Okurka
1.3	NE	-
4.3	ANO	Rajčata
11.3	ANO	Hroznové víno
Mají děti přístup k nápojům po celý den?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
13.2	ANO	Sirup
15.2	ANO	Sirup
19.2	ANO	Slazený čaj
27.2	ANO	Sirup
1.3	ANO	Slazený čaj
4.3	ANO	Slazený čaj
11.3	ANO	Sirup
Jsou realizovány řízené pohybové aktivity každý den?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
13.2	ANO	30 min - rušná část, rozcvička, pohybové hry
15.2	ANO	Během ranních činností- 10 minut. Tanec s hudbou
19.2	ANO	30 min. - rušná část, rozcvička, pohybové hry
27.2	ANO	Během ranních činností- 5 minut. Říkanka s pohybem
1.3	ANO	Během ranních činností - 10 minut. Tanec při hudbě
4.3	ANO	30 min - rušná část, rozcvička, pohybové hry
11.3	ANO	Během ranních činností - 5 minut. Říkanka s pohybem

Byl organizován pobyt venku?

Datum	Ano/ne	Poznámky
13.2	ANO	1 hod 15 min – pobyt na zahradě
15.2	ANO	45 minut – pobyt na zahradě
19.2	ANO	1 hod– pobyt na zahradě
27.2	ANO	1 hod 10 min – pobyt na zahradě
1.3	ANO	1 hod 30 min – pobyt na zahradě
4.3	NE	Nepříznivé počasí
11.3	ANO	50 min – pobyt na zahradě

Jak probíhal odpočinek po obědě?

Datum	Poznámky
13.2	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 16 dětí z 20, všichni odpočívali.
15.2	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 14 dětí z 21 , všichni odpočívali.
19.2	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 11 dětí z 18, všichni odpočívali.
27.2	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 13 dětí ze 18, všichni odpočívali.
1.3	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 10 dětí z 21, všichni odpočívali.
4.3	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 15 dětí z 22, všichni spí.
11.3	Čištění zubů, převlékání do pyžama, usnulo 11 dětí ze 17, všichni odpočívali.

Příloha č.11 - Pozorovací arch- Mateřské školy 3

POZOROVACÍ ARCH

Mateřská škola: 3

Datum: 15.3.2019

Počet dětí ve třídě: 25

Aktuální počet dětí ve třídě: 20

ČAS	ČINNOST	MÉ POSTŘEHY
6:45 - 8:00	Příchod dětí do mateřské školy, volná hra.	Děti měly ráno připravené dřevěné pexeso, malou ZOO a autodráhu. Děvčata si hrála především v kadeřnictví.
8:00 - 8:10	Ranní kruh, povídání o zaměstnání, opakování básní, příprava na zápis do školy.	Děti se učily básně, které napsala sama paní učitelka. Nejprve je opakovaly společně, a poté každý sám. Překvapilo mě, že si děti zapamatovaly básně takového rozsahu.
8:10 - 8:55	Převlékání dětí do cvičebního úboru, řízená pohybová aktivita (rušná část se švihadly a obručemi, rozcvička na overballech, gymnastika, relaxace).	Všechny děti jsou fyzicky zdatné, paní učitelka dávala pouze pokyny, podle kterých děti cvičily. Některé cviky mi přišly fyzicky náročné, ale většina dětí je zvládla bez obtíží. Po cvičení si děti vždy hrály na hasiče, což představovalo se rychle převléknout zpět do oblečení.

8:55 - 9:15	Svačina (rohlík se salámovou pěnou, mrkev a čaj)	U stravování kladně hodnotím spolupráci všech dětí. Starší děti obcházely s konvicemi mladší děti a obsluhovaly je. V případě, že dítě nápoj vylilo, situaci samy vyřešily. Většina dětí snědla svačinu celou. V případě, že dítě dojedlo, vzalo si knížku ke stolečku a počkalo na své kamarády.
9:15 - 10:17	Volná hra a výtvarná výchova	Děti se rozdělily na 3 skupiny, přičemž jedna skupina vytvářela jarní květy z krepového papíru a zbylé dvě si hrály se stavebnicemi. Starší děti byly opět nápomocny dětem mladším.
10:17 - 11:15	Příprava na pobyt venku a pobyt na zahradě	Oblékání dětí zabralo zhruba 10 minut, poté se děti přesunuly na rozlehlou zahradu. Na zahradě se sešly děti ze všech tříd, což způsobilo drobný chaos. Děti se prostřídaly na lanovém centru a využívaly dopravního hřiště. Navzdory zhoršujícímu se počasí se všichni předčasně odebrali do budovy mateřské školy.

11:15 - 11:45	Převlékání, hygiena a volná hra	Děti nemusely být upozorňovány na hygienu a samy si šly umýt ruce.
11:45 - 12:15	Oběd (Frankfurtská polévka s párkem, vepřové maso s mrkví a bramborem, čaj)	Při nandávání jídel měly děti možnost si zvolit velikost porce. Polévka měla u dětí velký úspěch. U hlavního chodu poměrně dost dětí vybíralo dušenou mrkev.
12:15 - 14:30	Čištění zubů. Starší děti odchází do jiných tříd, mladší děti se převlékají do pyžama a odchází na lůžko.	Starší děti ve třídě vypracovávají pracovní listy a poté mají klidovou činnost na koberci, stavění stavebnic a před matematické cvičení (barevné kostky). Mladší děti ze tří tříd přecházejí do jedné a ukládají se na lůžko. Usnulo 14 dětí ze 17.
14:30 - 14:45	Probouzení dětí a svačina (Tvaroháček, hroznové víno, čaj)	Většina dětí po svačině odcházela domů.
14:45 - 16:38	Volná hra, postupné odcházení dětí	Všechny děti z celé mateřské školy se sloučily do dvou tříd, kde prováděly volnou činnost. Kluci se předháněli v postavení nejvyšší věže a děvčata navlékala korálky. V 16:38 odchází poslední dítě.

Reflexe

U této mateřské školy bych vyzdvihla velké množství kvalitních pohybových aktivit. Děti jsou velmi fyzicky zdatné a to i z důvodu, že většina dětí navštěvuje i kroužek gymnastiky, který vede paní učitelka. Děti cvičí s obručemi, overbally, švihadly a šátky.

Líbí se mi také spolupráce dětí, která probíhá především u stravování a oblékání. Děti dokáží samy řešit drobné problémy, které se naskytnou. V případě, že si neví rady, poprosí o pomoc nejprve svého kamaráda a poté až paní učitelku. Vzhledem k tomu, že děti si mohou zvolit velikost porce, nenechávají přebytečné zbytky jídla. Z pozorování však musím usoudit, že těmto dětem v mateřské škole chutná a rádi si i přidávají.

Z pobytu venku jsem byla lehce v rozpacích. I přesto, že zahrada je opravdu rozsáhlá a členěná na několik částí, děti mi na ní přišlo opravdu hodně. Paní učitelky v tom měly systém, který to utvářel přehlednější. Na zahradě mají opravdu velké sportovní vyžití a nejsou nijak omezovány. Na procházky v této mateřské škole se provádí pouze minimálně a to z důvodu umístění mateřské školy.

Nedostatek shledávám ve způsobu odpočinku. Myslím si, že odpočinek na lůžku by byl prospěšný pro děti všech věkových kategorií i vzhledem ke sportovnímu vyžití přes dopoledne.

Myslím si, že mateřská škola se snaží podporovat zdraví dětí zejména z hlediska pohybové aktivity. Také kladně hodnotím dostatek ovoce a zeleniny, který byl každý den během mého pozorování.

Příloha č.12 - Souhrn pozorovacích archů Mateřské školy 3

Mateřská škola 3		
Je každý den v mateřské škole podáváno ovoce nebo zelenina?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
12.2	ANO	Banán, okurka
18.2	ANO	Paprika, jablko
26.2	ANO	Okurka, rajčata
28.2	ANO	Jablko, pomeranč
5.3	ANO	Pomeranč, rajče
7.3	ANO	Hroznové víno
15.3	ANO	Mrkev, hroznové víno
Mají děti přístup k nápojům po celý den?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
12.2	ANO	Vodu, slazený čaj
18.2	ANO	Sirup
26.2	ANO	Slazený čaj
28.2	ANO	Sirup
5.3	ANO	Vodu, sirup
7.3	ANO	Slazený čaj
15.3	ANO	Slazený čaj
Jsou realizovány řízené pohybové aktivity každý den?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
12.2	ANO	45 min. pohybové činnosti
18.2	ANO	35 min. pohybové činnosti
26.2	ANO	20 min. pohybové činnosti
28.2	ANO	30 min. pohybové činnosti
5.3	ANO	30 min. pohybové činnosti
7.3	ANO	28 min. pohybové činnosti
15.3	ANO	45 min. pohybové činnosti

Byl organizován pobyt venku?		
Datum	Ano/ne	Poznámky
12.2	ANO	1 hod - pobyt na zahradě
18.2	ANO	1 hod 30 min - pobyt na zahradě
26.2	ANO	1 hod 45 min - pobyt na zahradě
28.2	ANO	Cesta do knihovny
5.3	ANO	50 min - pobyt na zahradě
7.3	ANO	1 hod 20 min - pobyt na zahradě
15.3	ANO	45 min - pobyt na zahradě

Jak probíhal odpočinek po obědě?	
Datum	Poznámky
12.2	Předškoláci- odděleně (plní pracovní listy), malých dětí spí 8 ze 13
18.2	Předškoláci- odděleně (plní pracovní listy), malých dětí spí 10 ze 16
26.2	Předškoláci- odděleně (plní pracovní listy), malých dětí spí 7 ze 15
28.2	Předškoláci- odděleně (plní pracovní listy), malých dětí spí 11 ze 13
5.3	Předškoláci- odděleně (plní pracovní listy), malých dětí spí 12 ze 12
7.3	Předškoláci- odděleně (plní pracovní listy), malých dětí spí 9 ze 16
15.3	Předškoláci- odděleně (plní pracovní listy), malých dětí spí 14 ze 17

Příloha č.13 - Seznam alergenů

Alergeny	Popis
1	Obiloviny obsahující lepek
1a	Obiloviny - pšenice
1b	Obiloviny - žito
1c	Obiloviny - ječmen
1d	Obiloviny - oves
1e	Obiloviny - špalda
1f	Obiloviny - kamut
1g	Obiloviny - hybridní odrůdy
2	Korýši
3	Vejce
4	Ryby
5	Arašidy (podzemnice olejná)
6	Sojové boby (sója)
7	Mléko
8	Ořechy, mandle, pistácie
8a	Skoř. plody - mandle
8b	Skoř. plody - lískové ořechy
8c	Skoř. plody - vlašské ořechy
8d	Skoř. plody - kešu ořechy
8e	Skoř. plody - pekanové ořechy
8f	Skoř. plody - para ořechy
8g	Skoř. plody - pistácie
8h	Skoř. plody - makadamie
9	Celer
10	Hořčice
11	Sezamová semena
12	Oxid siřičitý a siřičitany
13	Vlčí bob
14	Měkkýši

Příloha č.14 - Bilance spotřebního koše Mateřské školy 1

Datum : 02.03.2018

Strana: 0

Spotřební koš za období : 01.02.2018-28.02.2018

Skup. potravin	MJ	Norma	Skutečnost	Rozdíl	Skut v %
Maso	g	35495	49690	14195	139,99
Ryby	g	6011	8375	2364	139,33
Mléko	g	120809	125000	4191	103,47
Mléčné výrob.	g	16128	8953	-7175	55,51
Tuky volné	g	7899	7658	-241	96,95
Cukry volné	g	11648	13050	1402	112,04
Zelenina	g	56796	63948	7152	112,59
Ovoce	g	53081	44190	-8891	83,25
Brambory	g	53528	30750	-22778	57,45
Luštěniny	g	4831	7000	2169	144,90
Maso rostlinné	g	0	0	0	-----
Vejce	g	0	0	0	-----
Ostatní	g	0	0	0	-----

Skupiny strážníků a počty porcí :

2 celodenní 3-6 let, přesnídávka 15	437
3 celodenní 3-6 let, oběd 35%	436
4 celodenní 3-6 let, svačina 10%	267
8 celodenní 7-10 let, přesnídávka 1	19
9 celodenní 7-10 let, oběd 35%	19
10 celodenní 7-10 let, svačina 10%	6
28 jen oběd 15-18 let, oběd	81

Příloha č.15 - Jídelní lístek Mateřské školy 1

Jídelníček na týden 25. - 29. 3. 2019

Pondělí 25. 3.

svačinka: Pečivo, rama, džem, mléko, čaj (A: 01a,07)

polévka: Z vaječné jíšky (A: 01a,03,09)

oběd: Treska na olivovém oleji, dušená rýže, čaj (A: 04)

svačinka: Pečivo, plátkový sýr, banán, mléko, čaj (A: 01a,07)

Úterý 26. 3.

svačinka: Chléb, rama, strouhaná mrkev, mléko, čaj (A: 01a,01b,07)

polévka: Kmínová (A: 01a,03,09)

oběd: Vepřové nudličky po srbsku, těstoviny, voda (A: 01a)

svačinka: Cereálie, mléko, čaj (A: 01a,03,07,08)

Středa 27. 3.

svačinka: Chléb, rama, šunkový salám, zelenina, čaj (A: 01a,01b)

polévka: Zeleninový vývar s drobením (A: 01a,03,09)

oběd: Sekaná, bramborová kaše, okurka, šťáva (A: 01a,03,07)

svačinka: Celozrnný chlebiček, tvaroh s pažitkou, zelenina, čaj (A: 01a,01b,07)

Čtvrtek 28. 3.

svačinka: Bublanina s jahodami, mléko, čaj (A: 01a,03,07)

polévka: Hovězí vývar, smažený hrášek (A: 01a,03,09)

oběd: Hovězí vařené, koprová omáčka, houskový knedlík, čaj (A: 01a,03,07)

svačinka: Chléb, vajíčková pomazánka, jablko, mléko, čaj (A: 01a,01b,03,07)

Pátek 29. 3.

svačinka: Chléb, paštiková pomazánka, jablko, čaj (A: 01a,01b)

polévka: Čočková (A: 01a,09)

oběd: Žemlovka s jablky a tvarohem, čaj (A: 01a,03,07)

svačinka: Obložený chlebiček, zelenina, mléko, čaj (A: 01a,07)

Příloha č.16 - Jídelní lístek Mateřské školy 1

Jídelníček na týden 1. - 5. 4. 2019

Pondělí 1. 4.

svačinka: Pečivo, pomazánkové máslo, mléko, čaj (A: 01a,07)

polévka: Vločková (A: 01d,09)

oběd: Těstoviny s kuřecím masem a zeleninou, čaj (A: 01a,06)

svačinka: Pečivo, šlehaný tvaroh, čaj (A: 01a,07)

Úterý 2. 4.

svačinka: Chléb, rybí pomazánka, jablko, čaj (A: 01a,01b,04)

polévka: Rajská s těstovinou (A: 01a)

oběd: Přírodní mletý řízek z krůtího masa, brambor, obloha (A: 03)

svačinka: Chléb, pomazánka z červené čočky, zelenina, mléko, čaj (A: 01a,01b,03)

Středa 3. 4.

svačinka: Chléb, rama, šunkový salám, zelenina, čaj (A: 01a,01b)

polévka: Hovězí vývar s rýží a hráškem (A: 09)

oběd: Hovězí na česneku, bramborový knedlík, špenát, čaj (A: 01a,03)

svačinka: Zapečený toast se sýrem, jablko, mléko, čaj (A: 01a,07)

Čtvrtek 4. 4.

svačinka: Vánočka, kakao, čaj (A: 01a,03,07,08)

polévka: Kroupová (A: 01a,09)

oběd: Debrecínský guláš, dušená rýže, voda (A: 01a)

svačinka: Chléb, rama, plátkový sýr, zelenina, mléko, čaj (A: 01a,01b,07)

Pátek 5. 4.

svačinka: Pečivo, budapešťská pomazánka, jablko, čaj (A: 01a,07)

polévka: Luštěninová (A: 09)

oběd: Zapečené těstoviny, okurka, čaj (A: 01a,03,07)

svačinka: Pečivo, rama, džem, mléko, čaj (A: 01a,07)

Příloha č.17 - Jídelní lístek Mateřské školy 1

Jídelníček na týden 8. - 12. 4. 2019

Pondělí 8. 4.

svačinka: Pečivo, rama, džem, mléko, čaj (A: 01a,07)

polévka: Květáková (A: 01a,03)

oběd: Rizoto z kuřecího masa, sýr, červená řepa, čaj

svačinka: Pečivo, ovocný tvaroh, banán, mléko, čaj (A: 01a,07)

Úterý 9. 4.

svačinka: Kukuřičné lupínky, bílý jogurt, ovoce, čaj (A: 01a,07)

polévka: Bramborová (A: 01a,09)

oběd: Rybí filet na másle, brambor, zelenina, čaj (A: 04)

svačinka: Chléb, máslo, strouhaná mrkev, mléko, čaj (A: 01a,01b,07)

Středa 10. 4.

svačinka: Chléb, rama, šunkový salám, jablko, čaj (A: 01a,01b)

polévka: Kuřecí vývar s nudlemi (A: 01a,09)

oběd: Segedínský guláš, houskový knedlík, voda (A: 01a,03,07)

svačinka: Croissant, mléko, čaj (A: 01a,03,07,08)

Čtvrtek 11. 4.

svačinka: Chléb, játrová pomazánka, zelenina, čaj (A: 01a,01b)

polévka: Zeleninový vývar, krupicové nočky (A: 01a,03,09)

oběd: Hrachová kaše, vařené vejce, okurka, šťáva (A: 01a,01b)

svačinka: Chléb, rama, plátkový sýr, jablko, mléko, čaj (A: 01a,01b,07)

Pátek 12. 4.

svačinka: Vločková kaše s parádou, čaj (A: 01d,07)

polévka: Frankfurtská (A: 01a,07)

oběd: Kuře na zelenině, těstoviny, voda (A: 01a)

svačinka: Chléb, pomazánkové máslo, jablko, mléko, čaj (A: 01a,01b,07)

Příloha č.18 - Bilance spotřebního koše Mateřské školy 2

Bilance spotřebního koše - za typ 01 - 02		dne 18.03.2019		
01 jídelna	- 01 jídelna	01.02.2019 - 28.02.2019		
Vybrané potraviny	Normativ celkem	Spotřeba celkem	Rozdíl	Splněno %
maso	58372 g	68150 g	9778 g	116.75 %
ryby	10046 g	5025 g	-5021 g	50.02 %
mléko tekuté	270177 g	182000 g	-88177 g	67.36 %
mléčné výrobky	27710 g	120020 g	92310 g	433.12 %
tuky volné	17078 g	16237 g	-841 g	95.08 %
cukr volný	19468 g	11000 g	-8468 g	56.50 %
zelenina celkem	108945 g	105551 g	-3394 g	96.88 %
ovoce	93345 g	58000 g	-35345 g	62.14 %
brambory	102893 g	68000 g	-34893 g	66.09 %
luštěniny	10046 g	27000 g	16954 g	268.77 %

Tuky - rostlinné 9930 g
 živočišné 6307 g => Poměr TR : TŽ 1.57 : 1

Skupina strávníků	Počet jídel	
	skutečný	přečítaný
	917 porcí	0 porcí
3- 6 r. přesnid., oběd, svačina	2416 porcí	849 porcí
15-18 r. oběd	156 porcí	156 porcí
Celkem	3489 porcí	1005 porcí

Příloha č.19 - Jídelní lístek Mateřské školy 2

Jídelní lístek: 11. 3. - 15. 3. 2019

Pondělí

- přesnídávka:* veka, šlehaný tvaroh, bílá káva (*alergen: 1a, 7*)
polévka: hovězí se slaninovým kapáním (*1a, 7, 3, 9*)
oběd: zeleninový kuskus, strouhaný Eidam, červená řepa, šťáva (*1a, 7*)
svačina: párty chléb, máslo, banán, mléko/čaj (*1ab, 6, 7*)

Úterý

- přesnídávka:* vánočka, jablko, čaj (*alergen: 1a, 3, 6, 7*)
polévka: zeleninová s drobením (*1a, 7, 9*)
oběd: mořská štika na másle, bramborová kaše, čaj (*1a, 7*)
svačina: chléb, fazolová pomazánka, mléko/čaj (*1ab, 7*)

Středa

- přesnídávka:* kukuřičné lupínky s kakaem, čaj (*alergen: 1a, 7*)
polévka: nudlová (*1a, 7*)
oběd: hovězí s rajskou omáčkou, houskový knedlík, šťáva (*1a, 7*)
svačina: Slezský chléb, kapustová pomazánka, čaj (*1ab, 6, 7*)

Čtvrtek

- přesnídávka:* chléb, mrkvová pomazánka, mléko/čaj (*alergen: 1ab, 3, 7*)
polévka: vločková (*1a, 7, 9*)
oběd: uzená kýta, hrachová kaše, ster. okurka, čaj (*1a, 10*)
svačina: rohlík, Lučina, pomeranč, mléko/čaj (*1a, 7*)

Pátek

- přesnídávka:* houska, sýrová pomazánka, mléko/čaj (*1a, 7*)
polévka: zeleninová s bulgurem (*1a, 7, 9*)
oběd: kuřecí prsa se žampiony a rajčatovou omáčkou, těstoviny, šťáva (*1a, 7*)
svačina: párty chléb, pažitkové pom. máslo, mléko/čaj (*1ab, 6, 7*)

Všem dětem přejeme dobrou chuť.

Jídelní lístek: 18. 3. - 22. 3. 2019

Pondělí

- přesnídávka:* chléb, tuňáková pomazánka, čaj (*alergen: 1ab, 3, 4, 7*)
polévka: hovězí s mušličkami (*1a, 7, 9*)
oběd: domácí sýrová pizza, šťáva (*1a, 3, 7*)
svačina: houska, rozhuda, cherry rajče, mléko/čaj (*1a, 7*)

Úterý

- přesnídávka:* houska, pomazánkové máslo, jablko, mléko/čaj
(*alergen: 1a, 7*)
polévka: kuřecí vývar se zeleninou a kuskusem (*1a, 7, 9*)
oběd: přírodní vepřový plátek, šťouchaný brambor, čaj (*1a, 7*)
svačina: špaldový chléb, kapiová pomazánka, mléko/čaj (*1abe, 7*)

Středa

- přesnídávka:* ovesná kaše s cukrem a skořicí, mléko/čaj (*alergen: 1d, 7*)
polévka: zeleninová s rozšlehaným vejcem (*1a, 3, 7, 9*)
oběd: kuřecí prsa na brokolici, těstoviny, šťáva (*1a, 7*)
svačina: párty chléb, máslo, hroznové víno, mléko/čaj (*1ab, 6, 7*)

Čtvrtek

- přesnídávka:* grahamové knuspi, sýrovočesneková pomazánka, caro
nápoj (*alergen: 1ab, 6, 7*)
polévka: drůbeží s těstovinovou zavářkou (*1a, 7, 9*)
oběd: hovězí na slanině, dušená rýže, čaj (*7*)
svačina: celozrnný rohlík, medové máslo, hruška, mléko/čaj
(*1ab, 6, 7*)

Pátek

- přesnídávka:* chléb, celerová pomazánka, mléko/čaj (*alergen: 1a, 3, 7, 9*)
polévka: jáhlová (*1a, 7, 9*)
oběd: vepřové kostky na smetaně, těstoviny, čaj (*1a, 3, 7*)
svačina: vecka, Flora, jablko, mléko/čaj (*1a, 7*)

Všem dětem přejeme dobrou chuť.

Příloha č.21 - Jídelní lístek Mateřské školy 2

Jídelní lístek: 25. 3. - 29. 3. 2019

Pondělí

přesnídávka: houska, Flora, plátkový sýr, jablko, caro (*alergen: 1a, 7*)

polévka: kuřecí vývar s těstovinovými obrázky (*1a, 7, 9*)

oběd: vepřová pečeně, špenát, bramborový knedlík, šťáva (*1a, 3, 7*)

svačina: párty chléb, pažitková pomazánka, mléko/čaj (*1ab, 6, 7*)

Úterý

přesnídávka: medové cereálie s mlékem, mléko/čaj (*alergen: 1a, 6, 7*)

polévka: zeleninová s pohankou (*1a, 7, 9*)

oběd: hovězí znojemská pečeně, dušená rýže, čaj (*1a, 7, 10*)

svačina: celozrnná houska, vajíčková pomazánka, čaj (*1ab, 3, 7*)

Středa

přesnídávka: chléb, Rama, vepřová šunka, hruška, mléko/čaj (*alergen: 1ab, 7*)

polévka: květáková (*1a, 7*)

oběd: mašličky s mákem, šťáva (*1a, 7*)

svačina: syrový rohlík, cherry rajče, mléko/čaj (*1a, 7*)

Čtvrtek

přesnídávka: houska, žervé, jablko, mléko/čaj (*alergen: 1ab, 7*)

polévka: hráškový krém s opečenou houskou (*1a, 7*)

oběd: vepřové bulgureto se zeleninou, strouhaný sýr, červená řepa, čaj (*1a, 7, 10*)

svačina: špaldový chléb, ředkvičková pomazánka, mléko/čaj (*1ab, 7*)

Pátek

přesnídávka: veka, pomazánkové máslo, hroznové víno, kakao (*1a, 7*)

polévka: slepičí se zeleninou (*1a, 7, 9*)

oběd: pečený krůtí plátek, bramborová kaše, sterilovaná okurka šťáva (*1a, 7, 10*)

svačina: párty chléb, máslo, jahodový džem, mléko/čaj (*1ab, 6, 7*)

H. AVO

Všem dětem přejeme dobrou chuť.

Příloha č.22 - Bilance spotřebního koše Mateřské školy 3

Datum : 26.03.2019

Strana: 1

Spotřební koš za období : 01.02.2019-28.02.2019

Kód fin. limitu : M

Mí

Druh výdeje : H

POLEVKA + HLAVNÍ JÍDLA

Druh jídla : P,4

Skup. potravin MJ	Norma	Skutečnost	Rozdíl	Skut v %
Maso g	54071	86790	32719	160,51
Ryby g	9846	3630	-6216	36,87
Mléko g	280788	60730	-220058	21,63
Mléčné výrob. g	30139	27073	-3066	89,83
Tuky volné g	16406	14477	-1929	88,24
Cukry volné g	19727	11337	-8390	57,47
Zelenina g	106076	156458	50382	147,50
Ovoce g	104955	51681	-53274	49,24
Brambory g	89828	114387	24559	127,34
Luštěniny g	9846	14321	4475	145,45
Maso rostlinné g	0	0	0	-----
Vejce g	0	0	0	-----
Ostatní g	0	0	0	-----

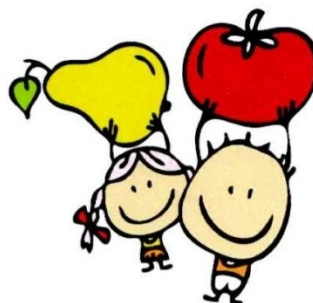
Skupiny strávnicků a počty porcí :

9 celodenní 7-10 let, oběd 35%
30 MŠ 3-6 let oběd 35%

71
1569

Příloha č.23 - Jídelní lístek mateřské školy 3

Jídelníček



od 04.02.2019 do 08.02.2019

Pondělí 4.2.2019

Přesnídáv. Kobliha s nugetou 01,01a,c,03,06,08,08b,ovoce,kakao 07

Polévka Cibulačka s bagetou (A: 01,01a,01g,07,09)

Oběd 1 Pečený králík s uzeným masem,dušený špenát,selský bramborový knedlík (A: 01,01a,03,07)

Svačina Tmavý chléb 01,01a,b,d, paštiková pěna 07,zelenina,čaj

Úterý 5.2.2019

Přesnídáv. Bageta Trentino 01,01a,b,06,bylinková lučina 07,zelenina,čaj

Polévka Hovězí vývar se zeleninou nudlemi (A: 01,01a,09)

Oběd 1 Masové kuličky v rajčatové omáčce,těstoviny (A: 01,01a,01c,03,07,09,11)

Svačina Rohlík 01,01a,b,c,06 s máslem 07 a medem,ovoce,mléko 07

Středa 6.2.2019

Přesnídáv. Rohlík 01,01a,c,06,salámová pěna 07,ovoce,čaj

Polévka Indická čočková polévka (čočka,rajčata,protlak,smetana,kari) (A: 01,01a,03,04,07,09)

Oběd 1 Tuňákové karbanátky,bramborová kaše,okurkový salát (A: 01,01a,01c,01d,03,04,07,09,10,11)

Svačina Chléb 01,01a,b s máslem 07,ovoce,jogurtový nápoj

Čtvrtek 7.2.2019

Přesnídáv. Dalamánek 01,01a,b,c,g,pěna z tofu a uzeného sýra 06,07,zelenina,čaj

Polévka Frankfurtská s párkem (A: 01,01a,06,07)

Oběd 1 Kuličky z bramborového těsta (Chicche) s čokoládovým přelivem,ovocný salát (A: 01,01a,03,06,07)

Svačina Knuspi, brokolicevá pěna 07,zelenina,sirup

Pátek 8.2.2019

Přesnídáv. Rohlík 01,01a,b,c,06,lučina 07 s pažitkou,zelenina,bílá káva 07

Polévka Zeleninová s ovesnými vločkami (A: 01,01a,01d,03,04,07,09)

Oběd 1 Vepřové maso pečeně,dušená mrkev,vařený brambor (A: 01,01a,07)

Svačina Tvaroháček 07,ovoce,sirup

Jídlo **obsahuje alergeny**. Jejich čísla jsou uvedena v závorce za názvem jídla.

KOLEKTIV ŠKOLNÍ JÍDELNY PŘEJE VŠEM DOBROU CHUŤ :-)))

Pokrmu teplé a studené kuchyně jsou určeny k přímé spotřebě.

Příloha č.24 - Jídelní lístek Mateřské školy 3

Jídelníček

od 11.02.2019 do 15.02.2019



Pondělí 11.2.2019

Přesnídáv. Loupák 01,01a,g,03,ovoce,kakao 07
Polévka Koprová - kulajda (A: 01,01a,03,07)
Oběd 1 Krůtí a la bažant, dušená rýže (A: 01,01a,09)
Svačina Chléb 01,01a,b,tuňáková pěna 04,07,zelenina,čaj

Úterý 12.2.2019

Přesnídáv. Rohlík 01,01a,c,06,bylinková pomazánka 07,zelenina,čaj
Polévka Francouzská s mušličkami (A: 01,01a,09)
Oběd 1 Obalované brokolicové karbanátky,bramborová kaše,ovocný kompot (A: 01,01a,01c,03,07,11)
Svačina Dalmánek 01,01a,b,c,g s ramou 07 a šunkou,ovoce,sirup

Středa 13.2.2019

Přesnídáv. Knuspi chléb,budapeštská pěna 07,zelenina,bílá káva 07
Polévka Hovězí s játrovou zavářkou (A: 01,01a,01c,03,07,09,11)
Oběd 1 Hovězí svíčková na smetaně,houskový knedlík (A: 01,01a,03,07,09)
Svačina Rohlík 01,01a,c,06 máslo 07,džem,ovoce,mléko 07

Čtvrtek 14.2.2019

Přesnídáv. Veselý donut 01,01a,03,03,07,08,11,ovoce,jogurtový nápoj 07
Polévka Luštěninová (A: 01,01a,03,04,07,09)
Oběd 1 Kuřecí stripsy,vařený brambor m.,m.,mrkvový salát s ananasem (A: 01,01a,01c,03,07,09,11)
Svačina Chléb 01,01a,b s máslem 07 obložený vejcem 03,zelenina,čaj

Pátek 15.2.2019

Přesnídáv. Chléb Triumf 01,01a,b,d,celerová pěna 07,09,zelenina,čaj
Polévka Kukuřičná s kokosovým mlékem (A: 07)
Oběd 1 Barevné těstoviny s mletým masem a ajvarem (zeleninová směs) (A: 01,01a,03,07,09)
Svačina Veselá kráva Sýr a křup 01,01a,07,nápoj mrkvík

Jídlo **obsahuje alergeny**. Jejich čísla jsou uvedena v závorce za názvem jídla.

KOLEKTIV ŠKOLNÍ JÍDELNY PŘEJE VŠEM DOBROU CHUŤ :-)))

Pokrmy teplé a studené kuchyně jsou určeny k přímé spotřebě.

Příloha č.25 - Jídelní lístek Mateřské školy 3

VAŘÍME NA PĚÁNÍ NAJICH NEJMENŠÍCH,

JALU' PUAŽJUVU

Jídelníček

od 18.02.2019 do 22.02.2019

Pondělí 18.2.2019

- Přesnídáv.** Cereální kuličky čokoládové 01,01a,05,06,07,08
Polévka Bramborová (A: 01,01a,03,04,07,09)
Oběd 1 Smažený obalovaný květák,vařený brambor m.,m.,okurkový salát (A: 01,01a,01c,03,07,09,11)
Svačina Chléb 01,01a,b s máslem 07,kedluben,čaj

Úterý 19.2.2019

- Přesnídáv.** Rohlík 01,01a,c,06,vajíčková pěna 03,07,zelenina,čaj
Polévka Hovězí vývar s písmenky (A: 01,01a,09)
Oběd 1 Vepřové maso na paprice,těstoviny (A: 01,01a,03,07)
Svačina Bio tvaroh Matylida 07,ovoce,čaj

Středa 20.2.2019

- Přesnídáv.** Chléb 01,01a,b s ramou 07 a šunkou,zelenina,čaj
Polévka Rajská s rýží (A: 01,01a,07)
Oběd 1 Bavorské vdolečky s paradou (A: 01,01a,03,07,08,08c)
Svačina Kaiserka 01,01a,b,c,06,pěna z cottage,ovoce,mléko 07

Čtvrtek 21.2.2019

- Přesnídáv.** Knuspi chléb,brokolicevá pěna 07,zelenina,čaj
Polévka Zeleninová s drobenkou (A: 03,07,09)
Oběd 1 Kuřecí prsa přírodní,krokety,jogurtová tatarka (A: 07)
Svačina Houska 01,01a,b,c,06,lučina 07,ovoce,mléko 07

Pátek 22.2.2019

- Přesnídáv.** Lívance 01,01a,03,07 se skořicí,ovoce,mléko 07
Polévka Česnečka s opečeným chlebem (A: 01,01a)
Oběd 1 Pizza se šunkou a sýrem (A: 01,01a,07,09)
Svačina Rohlík 01,01a,c,06,mrkvové máslo 07,zelenina,sirup

Jídlo **obsahuje alergeny**. Jejich čísla jsou uvedena v závorce za názvem jídla.

KOLEKTIV ŠKOLNÍ JÍDELNY PŘEJE VŠEM DOBROU CHUŤ :-)))

Pokrmly teplé a studené kuchyně jsou určeny k přímé spotřebě.

