**Školní kuchyně**

Připravujeme pro vaše děti pokrmy dle zásad zdravé výživy, řídíme se výživovými normami, průměrnou spotřebou potravin (tzv. spotřební koš) a finančním limitem na nákup potravin.

Jídelníčky sestavujeme dle nutričních doporučení, dle receptur pro stravování dětí v mateřské škole a obohacujeme je o prvky racionální výživy, jako např.: luštěniny, méně obvyklé druhy obilovin (např. bulgur, kuskus, pohanka, jáhly), dále cereálie, bio potraviny apod. Dle možností využíváme regionální potraviny.

Pravidelně zařazujeme celozrnné a tmavé pečivo.

Samozřejmostí je každodenní nabídka čerstvého ovoce a zeleniny.

Pravidelně nabízíme mořské i sladkovodní ryby v různých úpravách, veškeré běžné i méně časté druhy masa (králičí, zvěřina), luštěninové i bezmasé zeleninové pokrmy.

Po celý den mají děti zajištěný pitný režim. K dispozici je každé třídě dostatek nápojů (pitná voda, případně ochucená citronem či bylinkami, ovocné čaje, džusy apod.).

Na školní zahradě mají děti k dispozici várnici s pitnou vodou, v zimním období teplý neslazený čaj.