



# Jídelní lístek

stravovací zařízení Mikeš a spol s.r.o., Vrchní 30,747 05 Opava 5  
kancelář 608 082 999, 10.<sup>00</sup>-13.<sup>00</sup> hod, kuchyň 608 084 999 5.<sup>30</sup>-13.<sup>00</sup> hod

[www.jidelna-mikes.cz](http://www.jidelna-mikes.cz)

Výrobek je určen pro rychlou spotřebu

Alergeny

## pondělí 1.6.2020

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Frankfurtská vepřová pečeně, těstoviny, kompot	1
	B - Lečo z čerstvé zeleniny s uzeninou, chléb	1,3
	C - Cizrnový salát s vejcem, řapíkatým celerem a majolkou, pečivo	1,7,9
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový, dressing, pečivo	1,7,9,10

## úterý 2.6.2020

Polévka:	Krkonošská cibulačka	1,3
Hlavní jídlo:	A - Bratislavská vepřová pečeně, houskový knedlík	1,3,7,9
	B - Rizoto s kuřecím masem a zeleninou, okurek, sýr	1,3,7
	C - Guláš ze sójového masa, rýže	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo	1,7,9

## středa 3.6.2020

Polévka:	Hrstková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Hukvaldský závitok, salát	1,3,7
	B - Treska v citrónovém trojobalu, brambor, salát	1,9
	C - Bulgur s mákem, cukrem, rozinkami a máslem	1
	4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dressing, pečivo	1,7,9

## čtvrtek 4.6.2020

Polévka:	Špenátová	1,3
Hlavní jídlo:	A - Baleárský gyros s kuřecím masem a smetanou, rýže	1,7,9
	B - Vepřové ledvinky po Uhersku, rýže, kompot	1,7
	C - Rizoto s tuňákem a kořenovou zeleninou, salát	4,9
	4 - Druhá zelenina, salát řecký, dressing, pečivo	1,7,9

## pátek 5.6.2020

Polévka:	Slepičí vývar s těstovinou a zeleninou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažené kuřecí stehno, bramborová kaše, salát	1,3,7
	B - Kynuté knedlíky s jahodama, čaj	1
	C - Houbová žemlovka, salát	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

### pondělí 8.6.2020

Polévka:	Brokolicová	1,7
Hlavní jídlo:	A - Uzené kuřecí stehno, brambor, okurek	1
	B - Lázeňský vepřový plátek, rýže	1
	C - Šumavské nudle , salát	1
	4 - Druhov $\acute$ zelenina, salát han $\acute$ ck $\acute$ , dresing, pe $\acute$ ivo	1,7,9

### úterý 9.6.2020

Polévka:	Ruský borš $\acute$	1,9
Hlavní jídlo:	A - Pštosí vejce, bramborová kaše, salát	1,3,7
	B - Kaše ze zeleného hrachu, pe $\acute$ ená klobása, chléb, okurek	1
	C - Gnocchi se špenátem a nivou	1,7
	4 - Druhov $\acute$ zelenina, salát tzatziki, dresing, pe $\acute$ ivo	1,7,9

### středa 10.6.2020

Polévka:	Francouzská	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Kapucínský vepřový guláš, houskový knedlík	1,3,7
	B - Boloňské špagety, s $\acute$ yr	1,7,9
	C - Rýžový nákyp s ovocem	1,3,7
	4 - Druhov $\acute$ zelenina, salát holandský s majonézou, dresing, pe $\acute$ ivo	1,3,7,9,10

### čtvrtek 11.6.2020

Polévka:	Čo $\acute$ ková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Vepřový kotlet na žampionech, rýže	1
	B - Zabíja $\acute$ ckový kotlík, rohlíky 2 ks	1,3
	C - Květákový moze $\acute$ ek, brambor, salát	1,3
	4 - Druhov $\acute$ zelenina, salát raj $\acute$ atový s majonézou, dreging, pe $\acute$ ivo	1,7,9

### pátek 12.6.2020

Polévka:	Brambora $\acute$ ka s houbama	1
Hlavní jídlo:	A - Ražni $\acute$ í z vepřového masa, rýže, obloha	1,9
	B - Pala $\acute$ inky s jahodovým tvarohem	1,3,7
	C - Zapékané jáhly s mletým masem, raj $\acute$ aty a $\acute$ esnekem	1,3
	4 - Druhov $\acute$ zelenina, salát KFC, dresing, pe $\acute$ ivo	1,7,9

### pondělí 15.6.2020

Polévka:	Hrachová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Znojemská vepřová pe $\acute$ eně, těstoviny	1
	B - Bramborový guláš s uzeninou, rohlíky 2 ks	1
	C - Cuketa v těstí $\acute$ ku, brambor, salát	1,3,7,9
	4 - Druhov $\acute$ zelenina, salát fazolový s tomátou, dresing, pe $\acute$ ivo	1,7,9

### úterý 16.6.2020

Polévka:	Valašská kyselice	1,7
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí špalíky na černém pivu, brambor, salát	1,9
	B - Fazolové lusky na smetaně, brambor, vejce 2 ks	1,3,7
	C - Toskánské pikantní tofu s r $\acute$ žičkovou kapustou, rýže	1,7
	4 - Druhov $\acute$ zelenina, salát šopský, dresing, pe $\acute$ ivo	1,7,9

### středa 17.6.2020

Polévka:	Ovarová	1
Hlavní jídlo:	A - Smažené rybí filé, brambor, salát	1,3,4
	B - Francouzské brambory, okurek	1,3
	C - Jáhelná kaše s ovocem a medovým máslem, ovoce	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dresing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 18.6.2020

Polévka:	Gulášová	1
Hlavní jídlo:	A - Moravský vrabec, špenát, bramborový knedlík	1
	B - Fazolový guláš s vepřovým masem, chléb	1
	C - Houbový Stroganoff, rýže	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dresing, pečivo	1,3,7,9

### pátek 19.6.2020

Polévka:	Hovězí vývar s játrovými knedlíčky	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Hovězí svíčková na smetaně, houskový knedlík	1,3,7,9
	B - Špecle s mákem, máslo, cukr, ovoce	1
	C - Zapékaný kuskus s rajčaty a mozzarellou, salát	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dresing, pečivo	1,7,9

### pondělí 22.6.2020

Polévka:	Zelná s uzeninou	1
Hlavní jídlo:	A - Uzená krkovička, červené zelí, bramborový knedlík	1
	B - Krutík plátek na křenu a kápi, rýže	1
	C - Brokolice na páře, brambor, smetanový zákys	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dresing, pečivo	1,7,9

### úterý 23.6.2020

Polévka:	Kapustová	1
Hlavní jídlo:	A - Přírodní kotlet, sázené vejce, brambor, obloha	1,3,9
	B - Zapékané těstoviny s uzeným masem, okurek	1,3
	C - Smažený celer, brambor, salát	1,3,9
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dresing, pečivo	1,7,9

### středa 24.6.2020

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Holandský sekaný řízek se sýrem, brambor, okurek	1,3
	B - Vepřová pečeně na kmíně, těstoviny, okurek	1
	C - Jogurtové knedlíky s lesním ovocem, kysaná smetana	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s kápií, dresing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 25.6.2020

Polévka:	Fazolová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Koprová omáčka, houskový knedlík, hovězí plátek	1,3,7
	B - Drůbeží játra na cibulce, rýže, kompot	1
	C - Květákový nákyp s bramborem, salát	3,7
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový, dresing, pečivo	1,3,7

### pátek 26.6.2020

Polévka:	Drožd'ová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí řízek, bramborový salát s majonézou	1,3,7,9
	B - Taštičky s tvarohem, máslo, cukr	1,7
	C - Palačinky plněné zeleninovou směsí s holandskou omáčkou	1,3,7
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,3,7

### pondělí 29.6.2020

Polévka:	Rajská s těstovinovou rýží	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na kmíně, rýže	1
	B - Zapékaná brokolice s nivou, vejcem a šunkou, brambor	3,7
	C - Kuřecí na kari s cizrnou a zeleninou, rýže	1
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo	1,3,7

### úterý 30.6.2020

Polévka:	Zeleninová jarní s bramborem	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Dušená kapusta, bramborový knedlík, vepřová pečeně	1
	B - Přírodní rybí filé s rajčaty a sýrem, brambor	4,7
	C - Kuřecí nudličky s pórkem a bulgurem, salát	1
	4 - Druhá zelenina, salát ředkvičkový s majolkou, dressing, pečivo	1,3,7

### studené jídlo možno vybrat místo hlavního jídla ( polévka

1.	Bageta s vejcem, sýrem a jogurtovým dressingem	1,3,7
2.	Bulka se smaženým sýrem na listu salátu, dressing	1,7
3.	Těstovinový salát s kuřecím masem	1,3,7
4.	Zeleninová mísa ( viz denní meny )	1,3,7,9
5.	Kuřecí řízek, chléb, okurek	1
6.	Obložené bagety šunka sýr, zelenina 2 ks	1,7
7.	Pečená sekaná, chléb, horčice, okurek	1,1
8.	Bageta s kuřecími smaženými řízečky, dressing, pórek	1,3,6,7
9.	Salát César, pečivo ( meníčko bez polévky )	1,3,6,7

### Změna jídelníčku vyhrazena!!

#### Seznam potravinových alergenů

- 1) Obiloviny obsahující lepek-nejedná se o celiaki
- 2) Korišty a výrobky z nich-patří mezi potraviny ohrožující život
- 3) Vejce a výrobky z nich-patří mezi potraviny ohrožující život
- 4) Ryby a výrobky z nich
- 5) Podzemnice olejná (arašíd) a výrobky z nich - patří mezi potraviny ohrožující život
- 6) Sójové boby (sója)
- 7) Mléko a výrobky z něj - patří mezi potraviny ohrožující život
- 8) Skořápkové plody a výrobky z nich-jedná se o všechny druhy ořechů
- 9) Celer a výrobky z něj
- 10) Hořčice a výrobky z ní
- 11) Sezamová semena
- 12) Oxid siřičitý a siřičitany v koncentracích vyšších než 10 mg,mll/kg, vyjádřeno SO2
- 13) Vlíčí bob (Lupina) a výrobky z něj
- 14) Měkýši a výrobky z nich







**zůstává )**