

# 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

## středa 1.7.2020

Polévka:	Krkonošská cibulačka	1,3
Hlavní jídlo:	A - Hovězí guláš, houskový knedlík, cibule	1,3
	B - Krutí nudličky Mexico s kukuřicí, rýže	1
	C - Pohanková kaše s oříšky a ovocem přelévaná máslem	1,5
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový, dressing, pečivo	1,7,9,10

## čtvrtek 2.7.2020

Polévka:	Hrstková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Čevapčiči, brambor, hořčice, cibule	1,1
	B - Křenová omáčka se smetanou, brambor, vařené vejce 2 ks	1,3,7
	C - Zapékané jáhly se špenátem a mletým masem, salát	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo	1,7,9

## pátek 3.7.2020

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Marinovaný vepřový řízek, brambor, salát	1,3,7
	B - Peřinková buchta s tvarohem	1,3,7
	C - Francouzská čočka s kuřecím masem a kápií, pečivo	1
	4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dressing, pečivo	1,7,9

**6.6.2020-Státní svátek , nevaříme**

## úterý 7.7.2020

Polévka:	Špenátová	1,3
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí roláda, rýže, salát	1
	B - Střapačky se zelím, anglická slanina	1
	C - Mrkvové karbenátky, brambor, salát	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát řecký, dressing, pečivo	1,7,9

## středa 8.6.2020

Polévka:	Slepičí vývar s těstovinou a zeleninou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Masové kuličky v rajské omáčce, houskový knedlík	1,3
	B - Pečený bůček na česneku, brambor, krautsalat z nového zelí	
	C - Raviolli straciatella, máslo, cukr	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

### čtvrtek 9.7.2020

Polévka:	Brokolicová	1,7
Hlavní jídlo:	A - Plzeňský vepřový kotlet, bramborový knedlík, vídeňská cibulka	1
	B - Salám v pikantním těstíčku, brambor, salát	1,3,6,9
	C - Zapékaná zelená čočka s bulgurem a mletým masem, obloha	1
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 10.7.2020

Polévka:	Ruský boršč	1,9
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehenní steak, brambor, salát	9
	B - Palačinky s nugetou, ovoce	1,3,6,7,8
	C - Cuketový paprikáš, pečené těstovinové korálky	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 13.7.2020

Polévka:	Čočková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Dušená mrkev s hráškem, brambor, vepřový plátek	1
	B - Houbové rizoto s kuřecím masem, sýr, okurek	7
	C - Těstovinový salát se sójovým masem a zeleninou	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát holandský s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9,10

### úterý 14.7.2020

Polévka:	Bramboračka s houbama	1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažený rybí filé, brambor, salát	1,3,4,7
	B - Plovdivská vepřová pečeně, těstoviny	1,3
	C - Bulgur s česnekem, cuketou a žampiony, sýr	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát rajčatový s majonézou, dressing, pečivo	1,7,9

### středa 15.7.2020

Polévka:	Francouzská	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Segedínský guláš, houskový knedlík	1,3,7
	B - Maso dvou barev, rýže	1
	C - Gnocchi s teplými malinami a kysanou smetanou	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 16.7.2020

Polévka:	Valašská kyselice	1,7
Hlavní jídlo:	A - Smažený karbenátek, brambor, salát	1,3
	B - Vaječná amoleta plněná hříbky a hráškem, brambor, salát	3
	C - Špagety s pikantní salsou z čerstvé zeleniny, sýr	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový s rajčaty, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 17.7.2020

Polévka:	Gulášová	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na kysaném zelí, bramborový knedlík	1
	B - Šišky s mákem, cukr, máslo	1
	C - Řecké fazole se zeleninou a balkánským sýrem	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 20.7.2020

Polévka:	Rajská s těstovinovou rýží	1
Hlavní jídlo:	A - Lipinský ptáček, rýže, kompot	1
	B - Chilli con carne s mletým hovězím masem, pečivo	1
	C - Perská směs s cizrnou, rýže	1
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

### úterý 21.7.2020

Polévka:	Kapustová	1
Hlavní jídlo:	A - Smažené žampiony, brambor, tatarka	1,3,7
	B - Kotletka na lesních hříbkách, rýže, okurek	1
	C - Kedlubnový nákyp s bramborem, salát	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

### středa 22.7.2020

Polévka:	Zeleninová jarní s vajíčkem a krupičkou	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Vepřová pečeně, dušené nové zelí, houskový knedlík	1,3
	B - Zapékané rybí filé se žampiony a sýrem, brambor, salát	4,7
	C - Bulgur s mákem a rozinkami přelávaný máslem	1
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 23.7.2020

Polévka:	Ovarová	1
Hlavní jídlo:	A - Selské masové koule, bramborová kaše, okurek	1,7
	B - Uzené kuřecí stehno, bramborová kaše, okurek	1,3
	C - Sójové kostky na kari, rýže	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 24.7.2020

Polévka:	Hovězí vývar s játrovými knedlíčky	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Smažený kuřecí řízek, brambor, salát	1
	B - Buchtičky s krémem	1,3,7
	C - Zapékané brambory s brynzou, slaninou a petruškou, salát	1,3,7
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 27.7.2020

Polévka:	Květáková	1
Hlavní jídlo:	A - Rajská omáčka, těstoviny, vařené vepřové maso	1
	B - Čočka na kyselo, uzená krkovice, chléb, okurek	1
	C - Jáhly se zeleninou, kurkumou a krutím masem, salát	1
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s kápií, dressing, pečivo	1,7,9

### úterý 28.7.2020

Polévka:	Fazolová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí Ondráš s kuřecím masem, obloha	1,3,7
	B - Špikovaná vepřová kýta na paprice, tarhoňa	1,7
	C - Smažený celer, brambor, salát	1,3,9
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový, dressing, pečivo	1,7,9

### středa 29.7.2020

Polévka:	Drožd'ová	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Jitrničkový prejt, kysané zelí, brambor	1
	B - Sýrová jehla s uzeninou, brambor, tatarka	1,3,7
	C - Špecle s hruškama, perníkovým posypem a tvarohem	1,7,9
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,3,7

### čtvrtek 30.7.2020

Polévka:	Hrachová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažená treska s brokolicí a nivou, brambor, obloha	1,4,7
	B - Myslivecká vepřová pečeně, houskový knedlík	1,3,7,9
	C - Salát s fazolí mungo, vejcem a zeleninou, pečivo	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo	1,3,7

### pátek 31.7.2020

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Španělský ptáček, rýže, okurek	1,3
	B - Jogurtové knedlíky přelované lesním ovocem a kysanou smetanou	1,7
	C - Kapustový mozeček, brambor, salát	1,3
	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) Korýši 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 (arašídy)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) Vlčí bob (Lupina) a výrobky z něj
- 14) Měkýši a výrobky z nich







**zůstává )**