

# 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 1.6.2022

Polévka:	Valašská kyselica	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Smažené kuřecí stehno, bramborová kaše, okurek	1,3,7
	B - Krutí plátek na křenu a kapií, rýže, salát	1
	C - Houbová žemlovka, salát	1,3,7
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový, dressing, pečivo	1,7,9,10

## čtvrtek 2.6.2022

Polévka:	Rajská s písmenky	1,9
Hlavní jídlo:	A - Znojenská vepřová pečeně, rýže, kompot	1
	B - Zapékané těstoviny s uzeným masem, okurek	1,3
	C - Baleárský gyros s kysanou smetanou, bageta	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo	1,7,9

## pátek 3.6.2022

Polévka:	Krkonošská cibulačka	1,3
Hlavní jídlo:	A - Přírodní kotlet, sázené vejce, pařížské brambory, obloha, tatarka	1,3,7
	B - Špecle s mákem a cukrem, přelované máslem, ovoce	1
	C - Kapustový mozeček, brambor, salát	3
	4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dressing, pečivo	1,7,9

## pondělí 6.6.2022

Polévka:	Bramboračka s houbami	1,9
Hlavní jídlo:	A - Uzené kuřecí stehno, bramborová kaše, okurek	1,7
	B - Kovbojské fazole s kukuřicí, koňská klobása, chléb	1
	C - Přírodní rybí filé, zelenina na másle, brambor	4
	4 - Druhá zelenina, salát řecký, dressing, pečivo	1,7,9

## úterý 7.6.2022

Polévka:	Slepičí vývar se zeleninou a těstovinou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Maďarský vepřový guláš, houskový knedlík	1,3,7
	B - Kuřecí plátek na kari, hrášková rýže, salát	1
	C - Jablka v županu	1
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

## středa 8.6.2022

Polévka:	Kapustová	1
Hlavní jídlo:	A - Smažené rybí filé, brambor, salát	1,3,4
	B - Fazolové lusky na smetaně, brambor, vařené vejce 2 ks	1,3,7
	C - Smažená zeleninová rýže, salát	
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 9.6.2022

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí roláda se špenátem, rýže, salát	1
	B - Vepřové ledvinky po Uhersku, rýže, kompot	1,7
	C - Smažený celer, brambor, salát	1,3,9
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 10.6.2022

Polévka:	Drožd'ová	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Hovězí svíčková na smetaně, houskový knedlík	1,3,7,9
	B - Palačinky s ovocným tvarohem a topingem	1,3,7
	C - Bulgur s růžičkovou kapustou a tofu, salát	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s majonézou, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 13.6.2022

Polévka:	Zelná s uzeninou	1
Hlavní jídlo:	A - Vepřový kotlet na žampionech, rýže	1
	B - Zapékaná brokolice s nivou, šunkou a vejcem, brambor, salát	1,3,7
	C - Kuřecí směs se zeleninou a fazolemi v tortile, salát coleslaw	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát ředkvičkový, dressing, pečivo	1,7,9

### úterý 14.6.2022

Polévka:	Francouzská	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Dušená kapusta, bramborový knedlík, vepřová krkovice	1
	B - Kuřecí kung-pao, rýže	1,6,9
	C - Pohanková kaše s jablky a skořicí, ovoce	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát čočkový s cibulkou, dressing, pečivo	1,7,9

### středa 15.6.2022

Polévka:	Čočková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Frankfurtská vepřová pečeně, těstoviny, kompot	1
	B - Kaplická cmunda ( uzené maso, červené zelí v bramboráku )	1,3,7
	C - Rakouský zeleninový řízek, brambor, salát	1
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový s kari a majonézou, dressing	1,7,9

### čtvrtek 16.6.2022

Polévka:	Gulášová	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na slanině a kmíně, rýže	1,4
	B - Zabíjačkový kotlík, rohlíky 2 ks	1
	C - Zeleninové lečo s cizrnou, slunečnicová houska	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 17.6.2022

Polévka:	Zeleninová jarní se strouháním	1,3
Hlavní jídlo:	A - Smažený vepřový řízek z kotletky, bramborový salát	1,3,7,9
	B - Kynuté knedlíky s jahodami, máslo, cukr	1
	C - Sójové boby na zelenině, brambor	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

**pondělí 20.6.2022**

Polévka:	Květáková s kořenovou zeleninou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Lázeňský vepřový plátek , rýže	1,7
	B - Bramborový guláš s uzeninou, rohlíky 2 ks	1
	C - Brokolice na páře, brambor, kysaná smetana s česnekem	7
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

**úterý 21.6.2022**

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Holandský sekaný řízek, brambor, okurek	1,3,7
	B - Lečo s čerstvé zeleniny s uzeninou, chléb	1,3
	C - Bulgur s mákem a rozinkami, ovoce	1
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový se žampiony, dressing, pečivo	1,7,9

**středa 22.6.2022**

Polévka:	Slepičí vývar se zeleninou a nudlemi	1,9
Hlavní jídlo:	A - Houbová omáčka, houskový knedlík, vepřový plátek	1,3,7
	B - Chilli con carne s mletým hovězím masem, chléb	1
	C - Valašský kontrabaš s uzeninou, čalamáda	1,9
	4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dressing, pečivo	1,7,9

**čtvrtek 23.6.2022**

Polévka:	Fazolová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Pštosí vejce, brambor, obloha	1,3
	B - Zapékané kuřecí prso s rajčaty a sýrem, brambor, obloha	1,7
	C - Cuketa v pikantním těstíčku, brambor, salát	1,3,9
	4 - Druhá zelenina, salát řecký s olivami, dressing, pečivo	1,7,9

**pátek 24.6.2022**

Polévka:	Ruský boršč	1,9
Hlavní jídlo:	A - Bačovský řízek, brambor, salát	1,7
	B - Jogurtové knedlíky přelované lesním ovocem a kys. smetanou	1,7
	C - Zapékané brambory s brynzou a červenou řepou, salát	7
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s kapií, dressing, pečivo	1,7,9

**pondělí 27.6.2022**

Polévka:	Brokolicová s bramborem a smetanou	1,7
Hlavní jídlo:	A - Cikánský vepřový plátek, rýže, kompot	1
	B - Čočka na kyselo, opékaný špekáček, okurek, chléb	1
	C - Květák po indicku s bramborem, salát	1
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový, dressing, pečivo	1,3,7

**úterý 28.6.2022**

Polévka:	Hrachová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na paprice, halušky	1,7
	B - Rajská omáčka, vařený hovězí plátek, těstoviny	1,9
	C - Špece s tvarohem a hruškami, strouhaný perník	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát čočkový s cibulkou, dressing, pečivo	1,3,7

### středa 29.6.2022

Polévka:	Hovězí vývar s játrovými knedlíčky	1,9
Hlavní jídlo:	A - Ruská vepřová pečeně, houskový knedlík	1,3,7,9
	B - Kuřecí špalíčky v marinádě, bramborová kaše, obloha	1,3,7
	C - Rizoto s hlívou ústřičnou a mozzarelou, obloha	1
	4 - Druhá zelenina, salát coleslaw, dressing, pečivo	1,3,7

### čtvrtek 30.6.2022

Polévka:	Ovarová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí řízek, bramborová kaše, salát	1,3,7
	B - Rybí filé se sýrovou omáčkou, brambor, salát	1,3,7
	C - Celozrnné těstoviny, omáčka z nivy a cukety a smetany	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dressing, pečivo	1,3,7

### studená jídla možno vybrat místo hlavního jídla ( polévka zůstává )

1.	Bulka s přírodním plátkem lososa na listu salátu, dressing	1,3,4,7
2.	Salát coleslaw, přírodní kuřecí plátek	1,7
3.	Těstovinový salát s kuřecím masem	1,7
4.	Zeleninová mísa ( viz denní meny )	
5.	Kuřecí řízek, chléb, okurek	1,3
6.	Obložené bagety šunka sýr, zelenina 2 ks	1,7
7.	Pečená sekaná, chléb, hořčice, okurek	1,3,10
8.	Bageta s kuřecími smaženými řízečky, dressing, pórek	1,3,6,7
9.	Salát Cézár, 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,ml1/kg, vyjádřeno SO2
- 13) Vlčí bob (Lupina) a výrobky z něj
- 14) Měkkýši a výrobky z nich