

# 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

## pátek 1.7.2022

Polévka:	Valašská kyselica	
Hlavní jídlo:	A - Přírodní kuřecí steak ze stehna, pařížské brambory, obloha	
	B - Buchtičky s krémem	1,3,7
	C - Pohanka na cibulce s brokolicí a tofu, sýr, salát	1,6,7
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový, dressing, pečivo	1,7,9,10

## 4.7.2022-6.7.2022 Zavřeno, nevaříme

## čtvrtek 7.7.2022

Polévka:	Rajská s písmenky	1,9
Hlavní jídlo:	A - Kedlubnové zelí, pečená krkovice, brambor	1
	B - Smažené žampiony, brambor, tatarka	1,3
	C - Francouzská čočka s kuřecím masem, fit rohlík	1
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo	1,7,9

## pátek 8.7.2022

Polévka:	Krkonošská cibulačka	
Hlavní jídlo:	A - Gordon blue, brambor, salát	1,3,7
	B - Bublanina se sezónním ovocem	1,3,7
	C - Zapékané brambory s brynzou, petrželkou a slaninou, salát	7
	4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dressing, pečivo	1,7,9

## pondělí 11.7.2022

Polévka:	Bramboračka s houbami	1,9
Hlavní jídlo:	A - Srbská vepřová kotleta, rýže	1
	B - Hrachová kaše, uzené maso, chléb, okurek	1
	C - Kedlubnový nákyp s bramborem, salát z červené řepy	3,7
	4 - Druhá zelenina, salát řecký, dressing, pečivo	1,7,9

## úterý 12.7.2022

Polévka:	Slepičí vývar se zeleninou a těstovinou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Segedínský guláš, houskový knedlík	1
	B - Vaječná amoleta plněná žampiony a hráškem, brambor, salát	3
	C - Uhlířské špagety, salát	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

### středa 13.7.2022

Polévka:	Kapustová	1
Hlavní jídlo:	A - Smažený karbenátek, brambor, salát	1,3
	B - Přírodní rybí filé, zelenina na másle, brambor, salát	4
	C - Zelené fazolky na česneku a rajčatech se slaninou, bageta	1
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 14.7.2022

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Francouzské brambory, okurek	3
	B - Plněná kuřecí roláda, rýže, salát	1
	C - Havířské pikantní špece s anglickou slaninou, salát	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 15.7.2022

Polévka:	Drožd'ová	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na kysaném zelí, bramborový knedlík	1
	B - Palačinky s nugetou a malinovým topingem	1,3,7
	C - Zapékané brambory s cuketou, zeleninou a lososem	3,4
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s majonézou, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 18.7.2022

Polévka:	Zelná s uzeninou	1
Hlavní jídlo:	A - Lipinský ptáček, rýže, salát z červené řepy	1
	B - Žampionové rizoto s kuřecím masem a sýrem, salát	1,7
	C - Cuketa v těstíčku, brambor, salát	1,3,7
	4 - Druhá zelenina, salát ředkvičkový, dressing, pečivo	1,7,9

### úterý 19.7.2022

Polévka:	Francouzská	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Smažené rybí filé, brambor, salát	1,3,4,7
	B - Pečený bůček na česneku, kysané zelí, brambor	1
	C - Cizrnový salát s kuřecím masem, zeleninou a vejcem, fit rohlík	1,3,7
	4 - Druhá zelenina, salát čočkový s cibulkou, dressing, pečivo	1,7,9

### středa 20.7.2022

Polévka:	Čočková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Masové kuličky v rajské omáče, houskový knedlík	1,3,9
	B - Mexické krutí nudličky, rýže	
	C - Mrkvové placičky s vločkami a tofu, brambor, salát	1,3,6
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový s kari a majonézou, dressing	1,7,9

### čtvrtek 21.7.2022

Polévka:	Gulášová	1
Hlavní jídlo:	A - Hovězí plátek na lesních hříbkách, rýže	1
	B - Smažená sýrová jehla, brambor, tatarka	1,3,7
	C - Kari hrášková rýže s grilovaným tofu a zeleninou, salát	6
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,7,9

**pátek 22.7.2022**

Polévka:	Zeleninová jarní s krupičkou a vejcem	1,3
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí řízek, bramborová kaše, okurek	1,3,7
	B - Hrníčkový koláč s posypkou	1,3,7
	C - Plněné paprika jahelnou směsí s mletým masem a cuketou,brambor	1
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

**pondělí 25.7.2022**

Polévka:	Kvěťáková s kořenovou zeleninou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Plovdivská vepřová plec, těstovina	1,3
	B - Salám v pikantním těstíčku, brambor, okurek	1,3,7,9
	C - Valašský kontarabaš, čalamáda	1,9
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

**úterý 26.7.2022**

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Čevapčiči, brambor, hořčice, cibule	1,1
	B - Čočka na kyselo, sázené vejce, opékaný špekáček, chléb, okurek	1
	C - Lehký zeleninový salát s tarhoňou, treska na másle	4
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový se žampiony, dressing, pečivo	1,7,9

**středa 27.7.2022**

Polévka:	Slepičí vývar se zeleninou a nudlemi	1,9
Hlavní jídlo:	A - Hovězí guláš, houskový knedlík, cibule	1,3,7
	B - Zapékané rybí filé se žampiony a sýrem, brambor, salát	4,7
	C - Cuketový Stroganoff, těstovina	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dressing, pečivo	1,7,9

**čtvrtek 28.7.2022**

Polévka:	Fazolová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Plzeňský vepřový kotlet, bramborový knedlík, vídeňská cibule	1
	B - Křenová omáčka se smetanou, brambor, vařené vejce 2 ks	1,3,7
	C - Těstoviny se sušenými rajčátky, kuřecím masem a pestem, sýr	1
	4 - Druhá zelenina, salát řecký s olivami, dressing, pečivo	1,7,9

**pátek 29.7.2022**

Polévka:	Ruský boršč	1,9
Hlavní jídlo:	A - Ražniči s kuřecího masa, opékaný brambor, tatarka	1,7
	B - Rýžový nákyp se švestkami	3,7
	C - Těstovinový salát se sójovým masem a zeleninou	1,6,7
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s kapií, dressing, pečivo	1,7,9

### **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 ( meničko 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