

# 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 1.8.2022

Polévka:	Valašská kyselica	
Hlavní jídlo:	A - Znojemská vepřová plec, těstoviny	1
	B - Rizoto s kuřecím masem a zeleninou, sýr, okurek	6
	C - Salát z červené čočky s tofu a zeleninou, žitný chléb	1,6,7
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový, dressing, pečivo	1,7,9,10

## úterý 2.8.2022

Polévka:	Rajská s písmenky	1,9
Hlavní jídlo:	A - Moravský vrabec, špenát, bramborový knedlík	1
	B - Lečo z čerstvé zeleniny s uzeninou, chléb	1,3
	C - Boloňské lasagne	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát coleslaw dressing, pečivo	1,7,9

## středa 3.8.2022

Polévka:	Krkonošská cibulačka	
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí špalíčky BBQ, bramborová kaše, obloha	7
	B - Koprová omáčka, brambor, vejce 2 ks	3,7
	C - Grilované žampiony, paprika a brambůrky ve slupce, dip	7
	4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dressing, pečivo	1,7,9

## čtvrtek 4.8.2022

Polévka:	Květáková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Bratislavská vepřová pečeně, houskový knedlík	1,3,7,9
	B - Boloňské špagety, sýr	1,7
	C - Gnocchi se špenátem, sýr	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát řecký s olivami, dressing, pečivo	1,7,9

## pátek 5.8.2022

Polévka:	Slepičí vývar se zeleninou a těstovinou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažené kuřecí stehno, bramborová kaše, salát	1,3,7
	B - Kynuté knedlíky s meruňkami, máslo, cukr	1,3
	C - Sójové maso na zelenině, rýže	1
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový, dressing, pečivo	1,3,7,9

## pondělí 8.8.2022

Polévka:	Kapustová	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno alá bažant, bramborový knedlík	1,9
	B - Kuřecí soté Hawai, rýže	1,9
	C - Bulgur s hlívou ústřičnou a tofu, salát	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

### úterý 9.8.2022

Polévka:	Fazolová	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Fazolové lusky na kyselo, houskový knedlík, vepřový plátek	1,7
	B - Přírodní rybí filé, brambor, zelenina na másle	4
	C - Pappardele s květákem, anglickou slaninou a papričkami, salát	1
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dressing, pečivo	1,7,9

### středa 10.8.2022

Polévka:	Drožd'ová	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Debrecínský vepřový guláš, houskový knedlík	1,3
	B - Mexické fazole, koňská klobása, chléb	1
	C - Zapékaná pohanka s mletým masem a rajčaty, salát	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s majonézou, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 11.8.2022

Polévka:	Zeleninová jarní se strouháním	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Ligurské špagety, kuřecí řízek v těstíčku	1,7
	B - Kaplická cmunda	1,3,7
	C - Šťouchané brambory s brokolicí a cibulkou, kefir	7
	4 - Druhá zelenina, salát ředkvičkový, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 12.8.2022

Polévka:	Ovarová	1
Hlavní jídlo:	A - Plněné bramborové knedlíky uzeným masem, kysané zelí, cibulka	1,3,4,7
	B - Šišky s mákem, cukr, máslo	1
	C - Sójové maso na žampionech a pórku, rýže	4,7
	4 - Druhá zelenina, salát čočkový s cibulkou, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 15.8.2022

Polévka:	Čočková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Vepřová plec na žampionech, rýže, okurek	1
	B - Brynzové halušky	1,7
	C - Bulgur s krabím masem a zeleninou, salát	1,4
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový s kari a majonézou, dressing	1,7,9

### úterý 16.8.2022

Polévka:	Gulášová	1
Hlavní jídlo:	A - Krůtí prsa přírodní, baby mrkvička na másle, brambor	1
	B - Drůbeží játra na slanině, rýže, kompot	1,3,7
	C - Palačinky s malinovým tvarohem 3 ks	1,3,7
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,7,9

### středa 17.8.2022

Polévka:	Francouzská	1,3
Hlavní jídlo:	A - Plněná paprika v rajské omáčce, houskový knedlík	1,9
	B - Smažený květák, brambor, tatarka	1,3,7
	C - Kari kuskus s grilovaným sójovým masem a zeleninou, salát	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 18.8.2022

Polévka:	Bramboračka s houbami	1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažené rybí filé, brambor, salát	1,4
	B - Čočka na kyselo, uzenina, sázené vejce, chléb, okurek	1
	C - Ratatouille z čerstvé zeleniny s balkánským sýrem	7
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový, dressing, pečivo	1,3,7,9

### pátek 19.8.2022

Polévka:	Hovězí vývar s játrovými knedlíčky	1,9
Hlavní jídlo:	A - Hovězí svíčková na smetaně, houskový knedlík	1,7,9
	B - Kynuté knedlíky s borůvkami, cukr, máslo	1
	C - Květákový mozeček, brambor, salát	3
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový se žampiony, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 22.8.2022

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Uzené kuřecí stehno, bramborová kaše, okurek	1,3,7
	B - Chilli con carne s mletým hovězím masem, chléb	1
	C - Smažené rybí filé v cereálním trojobalu, brambor, salát	1,4
	4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dressing, pečivo	1,7,9

### úterý 23.8.2022

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Parlamentní závitek, bramborový knedlík	1
	B - Zapékané těstoviny s uzeným masem, okurek	1,3,7
	C - Řecké fazole se zeleninou a balkánským sýrem, žitný chléb	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát řecký s olivami, dressing, pečivo	1,7,9

### středa 24.8.2022

Polévka:	Hrachová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Španělský ptáček, rýže	1,3,10
	B - Zabíjačkový kotlík, pečivo	1
	C - Brokolicový nákyp s bramborem a nivou, salát	1,4
	4 - Druhá zelenina, salát tzaziki, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 25.8.2022

Polévka:	Slepičí vývar se zeleninou a nudlemi	1,9
Hlavní jídlo:	A - Maďarský vepřový guláš, houskový knedlík	1,3
	B - Kuřecí prso s broskví a sýrem, brambor, obloha	7
	C - Cizrnový salát se zeleninou a vejcem, česneková bagetka	3,7
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 26.8.2022

Polévka:	Ruský boršč	1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažený vepřový řízek, brambor, salát	1,3
	B - Žemlovka s jablky, tvarohem a rozinkami	1,3,7
	C - Gnocchi se smetanou a lososem	1,4,7
	4 - Druhá zelenina, salát coleslaw, dressing, pečivo	1,7,9

## pondělí 29.8.2022

Polévka:	Hrstková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Štěpánská vepřová pečeně, rýže, kompot	1,3
	B - Bramborový guláš, rohlíky 2 ks	1
	C - Pečená zelenina s bramborem a praženými semínky, salát	5
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový, dressing, pečivo	1,7,9

## úterý 30.8.2022

Polévka:	Zelná s uzeninou	1
Hlavní jídlo:	A - Masové kuličky ve šlehačce, bramborová kaše, salát	1,7
	B - Těstoviny se sýrovou omáčkou a kuřecím masem	1,7
	C - Smažená zeleninová rýže, salát	
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

## středa 31.8.2022

Polévka:	Brokolicová s bramborem a smetanou	1,7
Hlavní jídlo:	A - Vepřová pečeně, dušené zelí, houskový knedlík	1,7
	B - Česneková omáčka, vepřové srdíčko, brambor	1,7
	C - Rybí filé zapékané s rajčaty a sýrem, brambor, salát	1,6,7
	4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dressing, pečivo	1,7,9

1.	Rajčata s mozzarellou a olivami, pečivo	1,7
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 (arašidy)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 siričitý a siričitany v koncentracích vyšších než 10 mg,ml1/kg, vyjádřeno SO2
- 13) Vlčí bob (Lupina) a výrobky z něj
- 14) Měkkýši a výrobky z nich