

# 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 3.12.2018

|               |   |        |
|---------------|---|--------|
| Polévka:      | Bramboračka s houbama                                     | 1,9    |
| Hlavní jídlo: | A - Zbojnická vepřová pečeně, těstoviny, okurek           | 1      |
|               | B - Čočka na kyselo, sázené vejce, uzenina, okurek, chléb | 1,3    |
|               | C - Bulgur s růžičkovou kapustou a kápií, sýr             | 1,7    |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát fazolový, dresing, pečivo       | 1,7,10 |

## úterý 4.12.2018

|               |  |         |
|---------------|--|---------|
| Polévka:      | Slepičí vývar se zeleninou a těstovinou                    | 1,9     |
| Hlavní jídlo: | A - Myslivecká vepřová pečeně, houskový knedlík            | 1,3,7,9 |
|               | B - Smažená uzená plec, bramborová kaše s cibulkou, okurek | 1,3,7   |
|               | C - Guláš ze sójového masa, tarhoňa                        | 1,6     |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát KFC, dresing, pečivo             | 1,7     |

## středa 5.12.2018

|               |  |       |
|---------------|--|-------|
| Polévka:      | Hrachová   | 1,9   |
| Hlavní jídlo: | A - Moravský vrabec, špenát, bramborový knedlík              | 1     |
|               | B - Zapékané rybí filé se žampoiny a sýrem, brambor, salát   | 4,7,9 |
|               | C - Celozrné těstoviny s tvarohem a oříškovým posypem, máslo | 1,7,8 |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dresing, pečivo | 1,7,9 |

## čtvrtek 6.12.2018

|               |  |       |
|---------------|--|-------|
| Polévka:      | Kapustová  | 1     |
| Hlavní jídlo: | A - Kuřecí stehno na másle, rýže, kompot         | 1,6,9 |
|               | B - Chilli con carne s mletým masem, chléb       | 1,6,9 |
|               | C - Mrkvocelerové karbenátky, brambor, salát     | 1,3,9 |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát řecký, dresing, pečivo | 1,7   |

## pátek 7.12.2018

|               |  |         |
|---------------|--|---------|
| Polévka:      | Gulášová   | 1       |
| Hlavní jídlo: | A - Přírodní vepřový kotlet, sázené vejce, brambor, obloha       | 1,3,6,9 |
|               | B - Šišky s mákem, čaj   | 1,3     |
|               | C - Palačinky ze špaldové mouky, špenát, variace sýrů            | 1,3,7   |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dresing, pečivo | 1,3,7   |

## pondělí 10.12.2018

|               |   |       |
|---------------|---|-------|
| Polévka:      | Kvěťáková   | 1     |
| Hlavní jídlo: | A - Znojenská vepřová pečeně, rýže                        | 1     |
|               | B - Zapékaná brokolice se šunkou, nivou a vejcem, brambor | 1,3,7 |
|               | C - Houbový Kuba a salát z kysaného zelí                  | 1     |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dresing, pečivo        | 1,7   |

### úterý 11.12.2018

|               |  |       |
|---------------|--|-------|
| Polévka:      | Kulajda  | 1,3,7 |
| Hlavní jídlo: | A - Masové kuličky v rajské omáčce, houskový knedlík       | 1,3   |
|               | B - Smažené žampiony, brambor, tatarka                     | 1,3,7 |
|               | C - Brokolice na páře, brambor, smetanový zákys s česnekem | 7     |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dresing, pečivo        | 1,7   |

### středa 12.12.2018

|               |  |        |
|---------------|--|--------|
| Polévka:      | Vývar s drožd'ovými knedlíčky a těstovinou                           | 1,3,9  |
| Hlavní jídlo: | A - Bramborové knedlíky plněné uzeným masem a uzeninou, zelí         | 1      |
|               | B - Povidlová omáčka, uzené maso, domácí chlupaté knedlíky           | 1,7    |
|               | C - Jahodové raviolli přelované máslem                               | 1      |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát pikantní fazole s hořčicí, dresing, pečivo | 1,7,10 |

### čtvrtek 13.12.2018

|               |  |          |
|---------------|--|----------|
| Polévka:      | Špenátová  | 1,3      |
| Hlavní jídlo: | A - Smažené rybí filé, brambor, salát                            | 1,4      |
|               | B - Fazolový guláš s vepřovým masem, rohlíky                     | 1        |
|               | C - Valašský kontrabaš, čalamáda                                 | 1,3,9    |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dresing, pečivo | 1,3,7,10 |

### pátek 14.12.2018

|               |  |         |
|---------------|--|---------|
| Polévka:      | Krkonošská cibulačka   | 1       |
| Hlavní jídlo: | A - Hovězí svíčková na smetaně, houskový knedlík                 | 1,3,7,9 |
|               | B - Kynuté knedlíky s meruňkami, čaj                             | 1,3     |
|               | C - Květákové placičky, brambor, salát                           | 1,3     |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát rajčatový s majonézou, dresing, pečivo | 1,7     |

### pondělí 17.12.2018

|               |   |       |
|---------------|---|-------|
| Polévka:      | Zeleninová jarní s krupičkou a vejcem                           | 1,3,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Fazolové lusky na smetaně, brambor, vařené vejce 2 ks       | 1,3,7 |
|               | B - Bramborový guláš s uzeninou, rohlíky 2 ks                   | 1     |
|               | C - Vegetariánské rizoto s fazolemi, sýr, salát                 | 1     |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát okurkový se smetanou, dresing, pečivo | 1,7   |

### úterý 18.12.2018

|               |   |     |
|---------------|---|-----|
| Polévka:      | Valašská kyselica   | 1,7 |
| Hlavní jídlo: | A - Kuřecí stehno na paprice, halušky                         | 1,7 |
|               | B - Těstovinová amoleta se šunkou a vejcem, kečup, salát      | 1,3 |
|               | C - Zapékaná pohanka s mletým masem a rajčaty, salát          | 1,3 |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát fazolový s rajčaty, dresing, pečivo | 1,7 |

### středa 19.12.2018

|               |   |         |
|---------------|---|---------|
| Polévka:      | Frankfurtská  | 1       |
| Hlavní jídlo: | A - Čevapčiči, brambor, hořčice, cibule                             | 1,3,10  |
|               | B - Hrachová kaše, pečená klobása, chléb, okurek                    | 1       |
|               | C - Špece s tvarohem a perníkovým posypem                           | 1,6,7,8 |
|               | 4 - Druhá zelenina, salát z čínské zelí s kukuřicí, dresing, pečivo | 1,7     |

## čtvrtek 20.12.2018

|               |  |     |
|---------------|--|-----|
| Polévka:      | Čočková  | 1,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Kuřecí plátek, zapékaný se žampiony a sýrem, barmborová kaše | 1,7 |
|               | B - Boloňské špagety, sýr  | 1,7 |
|               | C - Papadelle s květákem a chilli, salát                         | 1   |
|               | 4 - Druhovú zelenina, salát hanácký, dresing, pečivo             | 1,7 |

## pátek 21.12.2018

|               |  |          |
|---------------|--|----------|
| Polévka:      | Hovězí vývar s játrovými knedlíčky   | 1,3,9    |
| Hlavní jídlo: | A - Selská bašta ) vepřové maso, uzené maso, uzenina<br>červené a bílé zelí, houskový a bramborový knedlík | 1<br>1,7 |

## 22.12.2018-1.1.2019 Vánoční svátky ZAVŘENO

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

|    |   |          |
|----|---|----------|
| 1. | Bageta cereální se sýrem, vejcem a jogurtovým dresingem | 1,3,6    |
| 2. | Vaječné smaženky na chlebu s hořčicí 2 ks               | 1,3,10   |
| 3. | Těstovinový salát s kuřecím masem                       | 1,7,9,10 |
| 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, dresing, 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,mll/kg, vyjádřeno SO2
- 13) Vlčí bob (Lupina) a výrobky z něj
- 14) Měkýši a výrobky z nich