

# 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 1.3.2019

Polévka:	Hrstková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Bramborové knedlíky plněné uzeným masem, kysané zelí	1
	B - Honzíkovy buchty povidlovo makové, čaj	1,3
	C - Černá fazole se zelím na cibulce s uzeninou, pečivo	1
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový, dressing, pečivo	1,7,10

## pondělí 4.3.2019

Polévka:	Kapustová	1
Hlavní jídlo:	A - Vepřový kotlet na hořčici a rajčatech, bramborová kaše, salát	1,1
	B - Chilli con carne s mletým masem a čerstvou paprikou, chléb	1
	C - Pikantní žampionová směs s cizrnou, bulgur	1
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo	1,7

## úterý 5.3.2019

Polévka:	Slepičí vývar se zeleninou a těstovinou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Jitřnickový prejt, brambor, kysané zelí	1
	B - Zapékané těstoviny s uzeninou, okurek	1,3
	C - Papardelle s květákem a chilli, salát	1
	4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dressing, pečivo	1,7,9

## středa 6.3.2019-Popeleční středa

Polévka:	Francouzská	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Segedínský guláš, houskový knedlík	1,3
	B - Smažený květák, brambor, tatarka	1,3,7
	C - Špecle s perníkovým posypem a hruškama, máslo	1
	4 - Druhá zelenina, salát řecký, dressing, pečivo	1,7

## čtvrtek 7.3.2019

Polévka:	Gulášová	1
Hlavní jídlo:	A - Hovězí kostky na houbách, rýže, okurek	1
	B - Chlupaté knedlíky, povidlová omáčka s rozinkama, uzené maso	1,3,7
	C - Smažená cuketa v těstíčku, brambor, salát	1,3,7,9
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7

## pátek 8.3.2019

Polévka:	Hrachová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Gordon blue, brambor, salát	1,3,7
	B - Peřínková buchta s tvarohem, čaj	1,3,7
	C - Zapékané jáhly s rajčaty a mozzarellou, salát	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7

### pondělí 11.3.2019

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Lipinský ptáček, rýže, kompot	1,1
	B - Vaječná amoleta plněná žampiony a hráškem, brambor, salát	3
	C - Brokolice na páře, brambor, smetanový zákys s česnekem	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dressing, pečivo	1,7

### úterý 12.3.2019

Polévka:	Hovězí vývar s drožd'ovými knedlíčky	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Dušená kapusta, vepřová krkovice, bramborový knedlík	1
	B - Mexický guláš, rýže, sýr	1,7
	C - Pohankový karbenátek, zelenina na másle	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát pikantní fazole s hořčicí, dressing, pečivo	1,7,10

### středa 13.3.2019

Polévka:	Špenátová	1,3
Hlavní jídlo:	A - Smažená treska s nivou, bramborová kaše, obloha	1,4,6,7
	B - Bramborák plněný masovou směsí se zeleninou	1,3
	C - Zapékaná pohanka s tvarohem a meruňkama přelévaná máslem	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,10

### čtvrtek 14.3.2019

Polévka:	Krkonošská cibulačka	1,3
Hlavní jídlo:	A - Masové kuličky v rajské omáčce, houskový knedlík	1
	B - Bramborový guláš s uzeninou, rohlíky 2 ks	1
	C - Plněný pečený lilek, žitný chléb	1
	4 - Druhá zelenina, salát rajčatový s majonézou, dressing, pečivo	1,7

### pátek 15.3.2019

Polévka:	Čočková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na kysaném zelí, bramborový knedlík	1
	B - Palačinky s tvarohem a broskvema 3 ks, čaj	1,3,7
	C - Krutí nudličky Aiwar, rýže	1,3,9
	4 - Druhá zelenina, salát okurkový se smetanou, dressing, pečivo	1,7

### pondělí 18.3.2019

Polévka:	Květáková	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí plátek na hlívě ústřičné a másle, rýže	1
	B - Čočka na kyselo, sázené vejce, opékaná uzenina, chléb, okurek	1
	C - Přírodní rybí filé, zelenina na másle, brambor	4
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový s rajčaty, dressing, pečivo	1,7

### úterý 19.3.2019

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Koprova omáčka, houskový knedlík, vepřový plátek	1,3
	B - Smažený karbenátek, brambor, okurek	1,3
	C - Dýňové rizoto, variace sýrů	1,9
	4 - Druhá zelenina, salát z čínské zelí s kukuřicí, dressing, pečivo	1,7

### středa 20.3.2019

Polévka:	Pórková s krupicí a zastřeným vejcem	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Moravský vrabec, špenát, bramborový knedlík	1
	B - Vepřová na kmíně, těstoviny, kompot	1
	C - Ovesná kaše s jablky a semínky, ovoce	1,3,11
	4 - Druhov $\acute$ a zelenina, sal $\acute$ at han $\acute$ ck $\acute$ y, dresing, pe $\acute$ ivo	1,7

### čtvrtek 21.3.2019

Polévka:	Valašská kyselice	1,7
Hlavní jídlo:	A - Smažené rybí filé, brambor, sal $\acute$ at	1,4
	B - Pštosí vejce, bramborová kaše, okurek	1,3,7
	C - Sójové maso na zelenině, r $\acute$ že	1,6,9
	4 - Druhov $\acute$ a zelenina, sal $\acute$ at holandsk $\acute$ y, dresing, pe $\acute$ ivo	1,7

### p $\acute$ atek 22.3.2019

Polévka:	Hov $\acute$ ezí v $\acute$ yvar s j $\acute$ atrov $\acute$ ymi knedl $\acute$ icky	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Hov $\acute$ ezí Stroganoff, r $\acute$ že	1,7
	B - R $\acute$ žov $\acute$ y n $\acute$ akyp se švestkama, $\acute$ aj	3,7
	C - Celerovo mrkvov $\acute$ e karben $\acute$ atky, brambor, sal $\acute$ at	7
	4 - Druhov $\acute$ a zelenina, sal $\acute$ at vaj $\acute$ ickov $\acute$ y s majon $\acute$ ezou, dresing, pe $\acute$ ivo	1,3,7

### pond $\acute$ el $\acute$ 25.3.2019

Polévka:	Rajsk $\acute$ a s t $\acute$ estovinovou r $\acute$ ží	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na paprice, tarhoňa	1,7
	B - Hrachov $\acute$ a kaše ze zelen $\acute$ ého hrachu, uzen $\acute$ e maso, chl $\acute$ eb, okurek	1
	C - T $\acute$ estoviny s tuň $\acute$ ákem a žampiony, $\acute$ alam $\acute$ ada	1,4,9
	4 - Druhov $\acute$ a zelenina, sal $\acute$ at tzatziki, dresing, pe $\acute$ ivo	1,7

### úter $\acute$ 26.3.2019

Polévka:	Fazolov $\acute$ a	1,9
Hlavní jídlo:	A - Masov $\acute$ e kuličky pečen $\acute$ e ve šleha $\acute$ ce, bramborov $\acute$ a kaše, obloha	1,7
	B - Vepřov $\acute$ e srd $\acute$ íčko v křenov $\acute$ e om $\acute$ áčce, houskov $\acute$ y knedl $\acute$ ík	1,3,7
	C - Francouzsk $\acute$ a $\acute$ očka s kuřec $\acute$ ím masem a k $\acute$ api $\acute$ , d $\acute$ ýňov $\acute$ a houska	1
	4 - Druhov $\acute$ a zelenina, sal $\acute$ at ředkvičkov $\acute$ y, dresing, pe $\acute$ ivo	1,7

### středa 27.3.2019

Polévka:	Bramboračka	1,9
Hlavní jídlo:	A - Maďarsk $\acute$ y vepřov $\acute$ y gul $\acute$ áš s $\acute$ erstvou paprikou, houskov $\acute$ y knedl $\acute$ ík	1,3
	B - Kung-pao z vepřov $\acute$ e k $\acute$ yty, r $\acute$ že	1,9
	C - Ravioly plněné m $\acute$ ákem, přel $\acute$ evan $\acute$ e m $\acute$ áslem, ovoce	1
	4 - Druhov $\acute$ a zelenina, sal $\acute$ at šopsk $\acute$ y, dresing, pe $\acute$ ivo	1,7

### čtvrtek 28.3.2019

Polévka:	Slep $\acute$ ičí v $\acute$ yvar s krupicov $\acute$ ými noky a zeleninou	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Kr $\acute$ utí pl $\acute$ átek, byby mrkvička s kukuřic $\acute$ í na m $\acute$ ásle, brambor	1,9
	B - Mysliveck $\acute$ a vepřov $\acute$ a pečen $\acute$ e, houskov $\acute$ y knedl $\acute$ ík	1,3,7,9
	C - Kv $\acute$ et $\acute$ akov $\acute$ y mozeček, brambor, sal $\acute$ at	3
	4 - Druhov $\acute$ a zelenina, sal $\acute$ at s $\acute$ rov $\acute$ y s k $\acute$ api $\acute$ , dresing, pe $\acute$ ivo	1,7

## pátek 29.3.2019

Polévka:	Ruský boršč	1,9
Hlavní jídlo:	A - Vepřový smažený řízek s krémžskou hořčicí, brambor, salát	1,3,7,10
	B - Jogurtové knedlíky přelévané kysanou smetanou a lesním ovocem	1,3,7
	C - Žampionovo pohankové rizoto s cuketou a mletým masem, sýr	7
	4 - Druhá zelenina, salát žampionový s cibulkou, kari a majolkou, pe	1,7

### 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 César, pečivo ( meníčko bez polévky )	1,3,6,7

### Změna jídelníčku vyhrazena!!

#### Seznam potravinových alergenů

- 1) Obiloviny obsahující lepek-nejedná se o celiaki
- 2) Korišši 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 SO<sub>2</sub>
- 13) Vlčí bob (Lupina) a výrobky z něj
- 14) Měkýši a výrobky z nich