

Jídelní lístek

stravovací zařízení Mikeš a spol s.r.o., Vrchní 30,747 05 Opava 5
kancelář 608 082 999, 10.⁰⁰-13.⁰⁰ hod, kuchyň 608 084 999 5.³⁰-14.⁰⁰ hod

www.jidelna-mikes.cz

Výrobek je určen pro rychlou spotřebu

Alergeny

01.07.2019 pondělí

Polévka:		Hrstková	1,9
Hlavní jídlo:	A -	Plzeňský vepřový kotlet, bramborový knedlík	1
	B -	Střapačky se zelím, anglická slanina	1
	3 -	Šťouchané brambory s brokolicí, kefir	7
	4 -	Druhovú zelenina, salát fazolový, dressing, pečivo	1,7,10

02.07.2019 úterý

Polévka:		Kapustová	1
Hlavní jídlo:	A -	Čevapčiči, brambor, hořčice, cibule	1,3,10
	B -	Kuřecí stehno na kmíně, rýže, kompot	1
	3 -	Těstovinový salát se zeleninou a sójovým masem	1,6,9
	4 -	Druhovú zelenina, salát KFC, dressing, pečivo	1,7

03.07.2019 středa

Polévka:		Ovarová s kroupama	1,9
Hlavní jídlo:	A -	Smetanová omáčka se žampiony, houskový knedlík, vepřové maso	1,3,7
	B -	Krůtí nudličky Mexiko s kukuřicí, rýže	1,6,9
	3 -	Zapékaná pohanka s mletým masem a rajčaty, salát	1,3
	4 -	Druhovú zelenina, salát celerový s jablky, dressing, pečivo	1,7,9

03.07.2019 čtvrtek

Polévka:		Gulášová	1,9
Hlavní jídlo:	A -	Ligurské špagety, kuřecí plátek v těstíčku	1,3,7
	B -	Smažené žampiony, brambor, tatarka	1,6,9
	3 -	Fazolový salát se zeleninou a uzeným tofu, chléb	1,3
	4 -	Druhovú zelenina, salát řecký, dressing, pečivo	1,7,9

Pátek 5.7.2018-Státní svátek NEVAŘÍME

08.07.2019 pondělí

Polévka:		Kulajda	1
Hlavní jídlo:	A -	Houbové rizoto s kuřecím masem, sýr, salát	1
	B -	Křenová omáčka se smetanou, brambor, vejce 2 ks	1,3,7
	3 -	Kapustový mozeček, brambor, salát	1,3
	4 -	Druhovú zelenina, salát sýrový a majolkou, dressing, pečivo	1,7

09.07.2019 úterý

Polévka:	Hovězí s drožd'ovými knedlíčky	1,9
Hlavní jídlo:	A - Moravský vrabec, bramborový knedlík, špenát	1
	B - Krutí roláda, rýže, salát	1
	3 - Kuskus s fazolí adzuki, rajčaty a cuketou, sýr	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dresing, pečivo	1,3,7

10.07.2019 středa

Polévka:	Špenátová	1,3
Hlavní jídlo:	A - Selské masové koule, rýže, okurek	1
	B - Chillí con carne s mletým hovězím masem, chléb	1,9
	3 - Špecle s oříškovým posypem a tvarohem, máslo	1,7,8
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dresing, pečivo	1,7

11.07.2019 čtvrtek

Polévka:	Slepičí vývar se zeleninou a nudlemi	1,9
Hlavní jídlo:	A - Segedínský guláš, houskový knedlík	1,3
	B - Zapékané rybí filé se žampiony a sýrem, brambor, obloha	4,7
	3 - Květákové placičky, brambor, obloha	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát pikantní fazole s hořčicí, dresing, pečivo	1,7,10

12.07.2019 pátek

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Gordon blue z kuřecího masa, brambor, salát	1,7
	B - Kynuté knedlíky přelované teplou jahodovou omáčkou	1,7
	3 - Gnocchi se žampionovou omáčkou, sýr	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dresing, pečivo	1,7

15.07.2019 pondělí

Polévka:	Květáková	1
Hlavní jídlo:	A - Lipinský ptáček, rýže, okurek	1
	B - Fazolový guláš s vepřovým masem, pečivo 2 ks	1
	3 - Těstoviny s pikantní salsou z čerstvé zeleniny, sýr	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát rajčatový s majonézou, dresing, pečivo	1,7

16.07.2019 úterý

Polévka:	Rajská s těstovinovou rýží	1
Hlavní jídlo:	A - Krutí přírodní plátek, baby mrkvička s kukuřicí, brambor	
	B - Květákový mozeček, brambor, salát	3
	3 - Bulgur s cuketou, česnekem, houbami a čerstvými bylinkami	1
	4 - Druhá zelenina, salát okurkový se smetanou, dresing, pečivo	1,7

17.07.2019 středa

Polévka:	Francouzská	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Hovězí vařené maso, rajská omáčka, těstoviny	1
	B - Zapékané těstoviny s uzeným masem a kysaným zelím	1,3,7
	3 - Gnocchi přelované borůvkami a kysanou smetanou	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový s rajskou omáčkou, dresing, pečivo	1,7

18.07.2019 čtvrtek

Polévka:	Valašská kyselice		1,7
Hlavní jídlo:	A - Smažené rybí filé, brambor, salát		1,4
	B - Hovězí Stroganoff, rýže		1,7
	3 - Řecké fazole se zeleninou a vinným listem, balkánský sýr		1,7
	4 - Druhá zelenina, salát čínské zelí s kukuřicí, dressing, pečivo		1,7

19.07.2019 pátek

Polévka:	Hovězí vývar s játrovými knedlíčky		1,3,7,9
Hlavní jídlo:	A - Vepřová pečeně, dušené nové zelí, brambor		1,3
	B - Rýžový nákyp s meruňkami, čaj		1,3,7
	3 - Guláš z černé fazole s uzeninou, pečivo		1
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo		1,7

22.07.2019 pondělí

Polévka:	Krkonošská cibulačka		3
Hlavní jídlo:	A - Bělehradský vepřový kotlet, rýže		1
	B - Salám v pikantním těstíčku, brambor, salát		1,3,7,9
	3 - Bulgur s restovanou růžičkovou kapustou a kápií, sýr		1,7
	4 - Druhá zelenina, salát holandský, dressing, pečivo		1,7

23.07.2019 úterý

Polévka:	Fazolová		1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažený květák, brambor, tatarka		1,3,7
	B - Vepřový maďarský tokáň, těstoviny		1,7
	3 - Restované papriky a cukety s kuskusem a kuřecím masem		1
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový, dressing, pečivo		1,3,7

24.07.2019 středa

Polévka:	Bramboračka s houbami		1,9
Hlavní jídlo:	A - Parlamentní závitek, bramborový knedlík		1
	B - Vaječná amoleta plněná hříbky a hráškem, brambor, salát		3
	3 - Bulgur s rozinkami a višňovým přelivem		1
	4 - Druhá zelenina, salát ředkvičkový, dressing, pečivo		1,7

25.07.2019 čtvrtek

Polévka:	Brokolicová		1,7
Hlavní jídlo:	A - Dušená mrkev s hráškem, vepřový plátek, brambor		1
	B - Smažená sýrová jehla, brambor, tatarka		1,3,7
	3 - Perská směs s cizrnou na zelenině, rýže		1
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo		1,7

26.07.2019 pátek

Polévka:	Ruský boršč		1,9
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí pikantní stehenní steak, brambor, salát		1
	B - Šišky s mákem, čaj		1
	3 - Rybí filé přírodní, zelenina na másle, brambor		4,6
	4 - Druhá zelenina, salát z řapíkatého celeru a zelí, dressing,]		1,7,9

29.07.2019 pondělí

Polévka:	Hrachová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Plovdivské vepřové maso, těstoviny	1
	B - Čočka na kyselo, sázené vejce, uzenina, chléb	1
	3 - Bramborovokedlubnový nákyp, salát	1,3,7
	4 - Druhov ^á zelenina, salát šopský, dresing, pečivo	1,7,9

30.07.2019 úterý

Polévka:	Zeleninový jarní vývar s krupičkou a vejcem	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Hamburgská vepřová pečeně, houskový knedlík	1,3,7
	B - Kuřecí nudličky na kari, hrášková rýže	1
	3 - Guláš ze sójového masa, tarhoňa	1,6
	4 - Druhov ^á zelenina, salát tzatziki, dresing, pečivo	1,7

31.07.2019 středa

Polévka:	Zelňačka s uzeninou	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí řízek, brambor, salát	1,3
	B - Těstoviny penne se sýrovou omáčkou, šunkou a žampiony	1,7,9
	3 - Pohanka se zeleninou a variací sýrů, salát	
	4 - Druhov ^á zelenina, salát míchaný jarní, dresing, pečivo	1,7

studená jídla možno vybrat místo hlavního jídla (polévka zůstává)

1. Rajčata s mozarellou, balsamikem, olivami a olivovým olejem	1,3
2. Bulka se smaženým sýrem na listu salátu, dresing	1,3,7
3. Těstovinový salát s kuřecím masem	1,7,9,10
4. Zeleninová mísa	1,3,7
5. Řízek, chléb, okurka	1,3
6. Obložená bageta (šunka, sýr, zelenina) 2 ks	1,7
7. Pečená sekaná, chléb, okurek	1,3
8. Bageta s kuřecími řízečky smaženými 130g, dresing, pórek 1 ks	1,3,6,7
9. Cézar salát, pečivo (meny 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) Měkýši a výrobky z nich