

# 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 2.9.2019

Polévka:	Hrstková	1
Hlavní jídlo:	A - Vepřový kotlet na žampionech, rýže	1
	B - Rizoto s kuřecím masem a zeleninou, sýr, okurek	1,7
	C - Cuketa zapékaná s bramborem a nivou, salát	1,3,7
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový, dresing, pečivo	1,7,9,10

## úterý 3.9.2019

Polévka:	Ovarová s kroupama	1,9
Hlavní jídlo:	A - Plněný paprikový lusk, houskový knedlík	1,3
	B - Chilli con carne s mletým hovězím masem, chléb	1
	C - Kapustové karbenátky, brambor, salát	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát KFC, dresing, pečivo	1,7,9

## středa 4.9.2019

Polévka:	Slepičí s těstovinou a zeleninou	1
Hlavní jídlo:	A - Kaplická cmunka s uzeným masem	1,3,7
	B - Zapékané rybí filé s rajčaty a sýrem, brambor	4,7
	C - Bulgur s mákem a rozinkami, cukrem a máslem, ovoce	1
	4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dresing, pečivo	1,7,9

## čtvrtek 5.9.2019

Polévka:	Kapustová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažená plněná treska, bramborová kaše, obloha	1,4,7,9
	B - Vepřové na kmíně, těstoviny	1
	C - Brokolice na páře, brambor, smetanový zákys s česnekem	7
	4 - Druhá zelenina, salát řecký, dresing, pečivo	1,7,9

## pátek 6.9.2019

Polévka:	Gulášová	1
Hlavní jídlo:	A - Domácí sekaná pečeně, kysané zelí, brambor	1,3
	B - Buchtičky s krémem, čaj	1,3,7
	C - Těstovinový salát se zeleninou, majolkou a sójovým masem	1,6,7
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dresing, pečivo	1,3,7,9

## pondělí 9.9.2019

Polévka:	Špenátová	1,3
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na kysaném zelí, bramborový knedlík	1,9
	B - Lečo z čerstvé zeleniny s uzeninou, chléb	1,3
	C - Gnocchi se špenátem a smetanou, strouhaný parmazán	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dresing, pečivo	1,7,9

### úterý 10.9.2019

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Švédské masové kuličky, bramborová kaše, salát	1,6,9
	B - Bramborový guláš s uzeninou, pečivo	1
	C - Zapékané jáhly s rajčaty a mozzarellou, salát	1,7
	4 - Druhovú zelenina, salát tzatziki, dresing, pečivo	1,7,9

### středa 11.9.2019

Polévka:	Květáková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Myslivecká vepřová pečeně, houskový knedlík	1,7
	B - Masové tortelíny se sýrovou omáčkou, sýr	1,7,6
	C - Jáhelná kaše s jablky, brusinkami a skořicí	1,7
	4 - Druhovú zelenina, salát pikantní fazole s hořčicí, dresing, pečivo	1,7,9,10

### čtvrtek 12.9.2019

Polévka:	Valašská kyselice	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Zapékané kuřecí prsíčka s houbovou vaječkou a sýrem, brambor	1,3,7
	B - Kovbojské fazole, koňská klobása, chléb, okurek	1
	C - Restovaná dýně s kořenovou zeleninou, pohankou a bylinkami	9
	4 - Druhovú zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dresing, pečivo	1,3,7,9,10

### pátek 13.9.2019

Polévka:	Hovězí vývar s droždovými knedlíčky	1,7
Hlavní jídlo:	A - Smažený vepřový řízek, bramborový salát s majonézou	3,7,9
	B - Bramborové knedlíky plněné švestkami, čaj	1
	C - Ratatouille z čerstvé zeleniny s balkánským sýrem	7,9
	4 - Druhovú zelenina, salát rajčatový s majonézou, dresing, pečivo	1,7,9

### pondělí 16.9.2019

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Plzeňský vepřový kotlet, rýže, vídeňská cibulka	1
	B - Střapačky se zelím, pečená klobása	1
	C - Sójové maso na žampionech s kysanou smetanou, rýže	1,6,7
	4 - Druhovú zelenina, salát okurkový se smetanou, dresing, pečivo	1,7,9

### úterý 17.9.2019

Polévka:	Bramboračka s houbama	1,3
Hlavní jídlo:	A - Znojemská vepřová pečeně, těstoviny	1
	B - Smažené žampiony, brambor, tatarka	1,3,7
	C - Valašský kontrabaš, čalamáda	1,9
	4 - Druhovú zelenina, salát fazolový s rajčaty, dresing, pečivo	1,7,9

### středa 18.9.2019

Polévka:	Francouzská	1,9
Hlavní jídlo:	A - Hovězí guláš, houskový knedlík, cibule	1,3
	B - Čočka na kyselo, bílá grilovací klobása, chléb, okurek	1
	C - Ovesná kaše s medovým máslem a oříšky, ovoce	1,8
	4 - Druhovú zelenina, salát z čínské zelí s kukuřicí, dresing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 19.9.2019

Polévka:	Fazolová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Vepřová plec na červeném víně, rýže	1
	B - Přírodní vepřová játra, brambor, tatarka	1,7
	C - Krutí prsíčka aiwar se smetanou, rýže	1,6,9
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dresing, pečivo	1,7,9

### pátek 20.9.2019

Polévka:	Zelná s uzeninou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Gordon blue, brambor, salát	1,3,7
	B - Rýžový nákyp se švestkama, čaj	1,3,7
	C - Bulgur s růžičkovou kapustou a krabíma tyčinkama, salát	1,4,9
	4 - Druhá zelenina, salát holandský, dresing, pečivo	1,7,9

### pondělí 23.9.2019

Polévka:	Rajská s těstovinovou rýží	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na kmíně, rýže, kompot	1
	B - Boloňské špagety, sýr	1,7
	C - Slaný koláč s kysaným zelím a uzeným masem	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dresing, pečivo	1,3,7,9

### úterý 24.9.2019

Polévka:	Ruský boršč	1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažené rybí filé, brambor, salát	1,3,4
	B - Mexický guláš, rýže, sýr	1,7
	C - Těstoviny se sušenými rajčátky s sójovým masem s bylinkami	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dresing, pečivo	1,7,9

### středa 25.9.2019

Polévka:	Čočková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Špíz z kuřecího masa, rýže, obloha	1,6,9
	B - Chlupaté knedlíky, povidlová omáčka, uzené maso	1,3,7
	C - Špecle s hruškama a tvarohem, perníkový posyp	1,6,7
	4 - Druhá zelenina, salát ředkvičkový, dresing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 26.9.2019

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Uzená plec, červené zelí, bramborový knedlík	1
	B - Maso dvou barev, rýže	1
	C - Houbový stroganoff, rýže	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dresing, pečivo	1,7,9

### pátek 27.9.2019

Polévka:	Slepičí s těstovinou a zeleninou	1
Hlavní jídlo:	A - Smetanová omáčka se žampiony, houskový knedlík	1,3,7
	B - Kynuté knedlíky s jahodama, čaj	1
	C - Fazole adzuki na zelenině s čerstvým koriandrem, rýže	1
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s kápií, dresing, pečivo	1,7,9

## pondělí 30.9.2019

Polévka:	Zeleninová jarní	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Smažený květák, brambor, tatarka	1,3,7
	B - Kuřecí kung-pao, rýže	1,6,8,9
	C - Kuskus se zeleninou a kurkumou, variace sýrů, salát	1,7,9
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s kápií, dresing, pečivo	1,7,9

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

1.	Rajčata s mozzarellou, balsamikem, olivami a olivovým olejem, pečivo	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 ( viz denní meny )	
5.	Kuřecí řízek, chléb, okurek	1,3
6.	Obložené bagety šunka sýr, zelenina 2 ks	1,7
7.	Pečená sekaná, chléb, horčice, okurek	1,3,10
8.	Bageta s kuřecími smaženými řízečky, dresing, pórek	1,3,6,7
9.	Salát Cézár, pečivo ( meníčko 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