

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 5.³⁰-13.⁰⁰ hod

www.jidelna-mikes.cz

Výrobek je určen pro rychlou spotřebu

Alergeny

úterý 1.10.2019

| | | |
|---------------|---|----------|
| Polévka: | Hrstková | 1,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Vepřová špikovaná kýta na paprice, halušky | 1,7 |
| | B - Těstovinová amoleta se šunkou a vejcem, salát | 1,3 |
| | C - Kapustový mozeček, brambor, salát | 3 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát fazolový, dresing, pečivo | 1,7,9,10 |

středa 2.10.2019

| | | |
|---------------|---|---------|
| Polévka: | Ovarová s kroupama | 1 |
| Hlavní jídlo: | A - Bratislavská vepřová pečeně, houskový knedlík | 1,3,7,9 |
| | B - Zapékaná brokolice s nivou, šunkou a vejcem, brambor, salát | 3,7 |
| | C - Dýňové rizoto s nivou a bylinkami | 7 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát KFC, dresing, pečivo | 1,7,9 |

čtvrtek 3.10.2019

| | | |
|---------------|--|-------|
| Polévka: | Gulášová | 1 |
| Hlavní jídlo: | A - Uzené kuřecí stehno, bramborová kaše s cibulkou, okurek | 1,3 |
| | B - Zabíjačkový kotlík, rohlíky 2 ks | 1 |
| | C - Gnocchi s houbovou omáčkou sypané uzeným sýrem | 1,7 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dresing, pečivo | 1,7,9 |

pátek 4.10.2019

| | | |
|---------------|---|---------|
| Polévka: | Slepičí s těstovinou a zeleninou | 1,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Prezidentský vepřový guláš, houskový knedlík | 1,3,7,9 |
| | B - Palačinky s arašídovou nugetou, čaj | 1,3,6,8 |
| | C - Francouzská čočka s kuřecím masem a kápií, fit rohlík | 1 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát řecký, dresing, pečivo | 1,7,9 |

pondělí 7.10.2019

| | | |
|---------------|--|---------|
| Polévka: | Kulajda | 1,3,7 |
| Hlavní jídlo: | A - Rajská omáčka, vepřový plátek, těstoviny | 1 |
| | B - Hrachová kaše, pečená klobása, okurek, chléb | 1 |
| | C - Špagety s pikantní salsou z čerstvé zeleniny, sýr | 1,7 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dresing, pečivo | 1,3,7,9 |

úterý 8.10.2019

| | | |
|---------------|--|-------|
| Polévka: | Špenátová | 1,3 |
| Hlavní jídlo: | A - Krutí plátek, baby mrkvička s kukuřicí na másle, brambor | |
| | B - Frankfurtská vepřová pečeně, rýže, salát z červené řepy | 1 |
| | C - Smažený celer, brambor, salát z červené řepy | 1,3,9 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dresing, pečivo | 1,7,9 |

středa 9.10.2019

| | | |
|---------------|---|-------|
| Polévka: | Drožd'ová | 1,3,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Kateřinský vepřový řízek, dušené zelí, houskový knedlík | 1,3 |
| | B - Krutí roláda se žampiony, hrášková rýže, salát | 1 |
| | C - Palačinky s jablečným pyrém a kysanou smetanou | 1,3,7 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dressing, pečivo | 1,7,9 |

čtvrtek 10.10.2019

| | | |
|---------------|---|----------|
| Polévka: | Květáková | 1,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Čevapčiči, brambor, hořčice, cibule | 1,3,10 |
| | B - Fazolové lusky na kyselo, brambor, vejce 2 ks | 1,3,7 |
| | C - Kuskus s grilovanou zeleninou a kurkumou, variace sýrů, salát | 1,7,9 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát pikantní fazole s hořčicí, dressing, pečivo | 1,7,9,10 |

pátek 11.10.2019

| | | |
|---------------|---|------------|
| Polévka: | Valašská kyselice | 1,7 |
| Hlavní jídlo: | A - Holandský sekaný řízek, brambor, okurek | 1,7 |
| | B - Honzíkovi buchty, čaj | 1,3,7 |
| | C - Cuketový paprikáš, gnocchi | 1,7 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo | 1,3,7,9,10 |

pondělí 14.10.2019

| | | |
|---------------|---|---------|
| Polévka: | Kapustová | 1 |
| Hlavní jídlo: | A - Rizoto s kuřecím masem, sýr, okurek | 1,7 |
| | B - Salám v pikantním těstíčku, brambor, okurek | 1,3,6,7 |
| | C - Květáková brokolice s nákypem, brambor, salát | 3,7 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát rajčatový s majonézou, dressing, pečivo | 1,7,9 |

úterý 15.10.2019

| | | |
|---------------|--|-------|
| Polévka: | Frankfurtská | 1 |
| Hlavní jídlo: | A - Jitrničkový prejt, kysané zelí, brambor | |
| | B - Námořnická vepřová pečeně, rýže, kompot | 1,3 |
| | C - Smetanové těstoviny na pomerančích, kuřecí přírodní plátek | 1,7 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát KFC, dressing, pečivo | 1,7,9 |

středa 16.10.2019

| | | |
|---------------|--|-------|
| Polévka: | Bramboračka s houbama | 1,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Ligurské špagety, kuřecí řízek v těstíčku | 1,3,7 |
| | B - Francouzské brambory, okurek | 3 |
| | C - Pohanková kaše s meruňkami a medovým máslem | 1 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát fazolový s rajčaty, dressing, pečivo | 1,7,9 |

čtvrtek 17.10.2019

| | | |
|---------------|--|-------|
| Polévka: | Rajská s těstovinovou rýží | 1 |
| Hlavní jídlo: | A - Máslový sekaný řízek, bramborová kaše, okurek | 1,3,7 |
| | B - Fazolový guláš s masem, rohlíky 2 ks | 1 |
| | C - Přírodní rybí filé, kukuřice s hráškem na másle, brambor | 4 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo | 1,7,9 |

pátek 18.10.2019

| | | |
|---------------|--|---------|
| Polévka: | Hovězí vývar s játrovými knedlíčky, těstovinou a zeleninou | 1,3,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Hovězí svíčková na smetaně, houskový knedlík | 1,3,7,9 |
| | B - Špece s tvarohem a lískooříškovým posypem, ovoce, čaj | 1,6,7,8 |
| | C - Řecké fazole se zeleninou, zitný chléb | 1,9 |
| | 4 - Druhovú zelenina, salát hanácký, dresing, pečivo | 1,7,9 |

pondělí 21.10.2019

| | | |
|---------------|--|-------|
| Polévka: | Fazolová | 1,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Kuřecí stehno alá bažant, rýže, kompot | 1 |
| | B - Brynzové halušky se slaninou | 1,7 |
| | C - Mrkvové karbenátky, brambor, salát | 1 |
| | 4 - Druhovú zelenina, salát holandský, dresing, pečivo | 1,7,9 |

úterý 22.10.2019

| | | |
|---------------|--|---------|
| Polévka: | Slepičí vývar s těstovinou a zeleninou | 1,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Moravský vrabec, špenát, bramborový knedlík | 1 |
| | B - Vařený vepřový jazyk, křenová omáčka, brambor | 1,7 |
| | C - Grilované žampiony s těstovinou a uzeným tofu | 1,7 |
| | 4 - Druhovú zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dresing, pečivo | 1,3,7,9 |

středa 23.10.2019

| | | |
|---------------|--|-------|
| Polévka: | Zelná s uzeninou | 1 |
| Hlavní jídlo: | A - Smažené rybí filé, brambor, salát | 1,3,4 |
| | B - Vepřová pečeně na kmíně, rýže, kompot | 1 |
| | C - Bulgur s mákem a brusinkami přelévané medovým máslem | 1 |
| | 4 - Druhovú zelenina, salát tzatziki, dresing, pečivo | 1,7,9 |

čtvrtek 24.10.2019

| | | |
|---------------|--|-------|
| Polévka: | Čočková | 1,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Jelení kýta na smetaně, houskový knedlík | 1,3,7 |
| | B - Kuřecí soté Hawai, rýže | 1,6,9 |
| | C - Guláš z černé fazole s uzeninou, žitný chléb | 1 |
| | 4 - Druhovú zelenina, salát ředkvičkový, dresing, pečivo | 1,7,9 |

pátek 25.10.2019

| | | |
|---------------|---|-------|
| Polévka: | Ruský boršč | 1,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Smažený kuřecí řízek, bramborová kaše, salát | 1,3,7 |
| | B - Šišky s mákem, čaj | 1 |
| | C - Pikantní směs ze sójových bobů a hlívy ústřičné, rýže | 1,6 |
| | 4 - Druhovú zelenina, salát šopský, dresing, pečivo | 1,7,9 |

pondělí 26.10 2019 - Státní svátek , nevaříme

úterý 29.10.2019

| | | |
|---------------|---|-------|
| Polévka: | Zeleninová jarní | 1,3,9 |
| Hlavní jídlo: | A - Lázeňský vepřový plátek, rýže | 1,7 |
| | B - Hovězí maďarský tokáň, těstoviny | 1 |
| | C - Uhlířské špagety, salát | 1,3 |
| | 4 - Druhovú zelenina, salát sýrový s kápií, dresing, pečivo | 1,7,9 |

středa 30.10.2019

| | | |
|---------------|--|---------|
| Polévka: | Krkonošská cibulačka | 1,3 |
| Hlavní jídlo: | A - Parlamentní závitek, bramborový knedlík | 1 |
| | B - Zapékané těstoviny s uzeninou, okurek | 1,3 |
| | C - Jáhelná kaše se švestmama a skořicí přelévané medovým máslem | 1 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát KFC, dresing, pečivo | 1,3,7,9 |

čtvrtek 31.10.2019

| | | |
|---------------|--|-------|
| Polévka: | Brokolicová | 1,7 |
| Hlavní jídlo: | A - Dušená mrkev s hráškem, vepřový plátek, brambor | 1 |
| | B - Kuřecí nudličky na křenu s kápií, rýže | 1 |
| | C - Šumavské nudle, čalamáda | 1,9 |
| | 4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dresing, pečivo | 1,7,9 |

studená jídla možno vybrat místo hlavního jídla (polévka zůstává)

| | | |
|----|---|----------|
| 1. | Bageta s vejcem, sýrem a jogurtovým dresingem | 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 César, 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 siričitý a siričitany v koncentracích vyšších než 10 mg,ml1/kg, vyjádřeno SO2
- 13) Vlčí bob (Lupina) a výrobky z něj
- 14) Měkýši a výrobky z nich