

# 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

## čtvrtek 1.6.2023

Polévka:	Ovarová s kroupami	1
Hlavní jídlo:	A - Uzené kuřecí stehno, bramborová kaše, okurek	1,7
	B - Zapékané těstoviny s uzeným masem, okurek	1,3
	C - Sójové maso na cibuli s pařížskými brambory ve slupce	6
	4 - Druhá zelenina, salát řecký s olivami, dressing, pečivo	1,7,9

## pátek 2.6.2023

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Smažený vepřový řízek z kotletky, bramborový salát	1,3,7,9
	B - Kynuté knedlíky s jahodami	1,3
	C - Smažená zeleninová rýže s vaječnou omeletou, nakládaný zázvor	3
	4 - Druhá zelenina, salát ž českého zelí a kukuřice, dressing	1,7,9

## pondělí 5.6.2023

Polévka:	Bramboračka s houbami	1,9
Hlavní jídlo:	A - Bělehradská vepřová kotleta, rýže	1,9
	B - Hrachová kaše, uzené maso, okurek, chléb	1,3,7
	C - Bulgur s růžičkovou kapustou a tofu, salát	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

## úterý 6.6.2023

Polévka:	Krkonošská cibulačka	1,3
Hlavní jídlo:	A - Smažené rybí filé, brambor, salát	1,4
	B - Fazolové lusky na smetaně, brambor, vejce 2 ks	1,3,7
	C - Plněné tortellini se sýrovou omáčkou	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dressing, pečivo	1,3,7,9

## středa 7.6.2023

Polévka:	Čočková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Maďarský vepřový guláš, houskový knedlík	1,3
	B - Kuřecí prsíčko na kari, hrášková rýže, salát	1
	C - Pohanková kaše s jablky a skořicí, ovoce	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát coleslaw, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 8.6.2023

Polévka:	Rajská s těstovinovou rýží	1
Hlavní jídlo:	A - Dušená kapusta, bramborový knedlík, vepřové výpečky	1
	B - Vepřové ledvinky po Uhersku, rýže, kompot	1,7
	C - Zeleninové lečo s cizrnou, pečivo	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát ředkvičkový, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 9.6.2023

Polévka:	Slepičí vývar s těstovinou a zeleninou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Smažené kuřecí stehno, bramborová kaše, salát	1,7
	B - Kefírový koláč s meruňkami a posypkou	1,3,7
	C - Brokolice na páře, brambor, kysaná smetana s česnekem	7
	4 - Druhá zelenina, salát čočkový s cibulkou, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 12.6.2023

Polévka:	Špenátová	1,3
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí roláda se špenátem, rýže, kompot	1
	B - Fazolový guláš s vepřovým masem, rohlíky 2 ks	1
	C - Valašský kontrabaš, čalamáda	1,9
	4 - Druhá zelenina, salát řecký, dressing, pečivo	1,7,9

### úterý 13.6.2023

Polévka:	Kapustová	1
Hlavní jídlo:	A - Holandský sekaný řízek se sýrem, brambor, okurek	1,3,7
	B - Lečo s čerstvé zeleniny s uzeninou, chléb	3
	C - Rizoto s hlívou ústřední a sýrem, salát	7
	4 - Druhá zelenina, salát z červené řepy, dressing, pečivo	1,7,9

### středa 14.6.2023

Polévka:	Francouzská	1,9
Hlavní jídlo:	A - Rajská omáčka, vařený hovězí plátek, houskový knedlík	1,7
	B - Smažené žampiony, brambor, tatarka	1,7
	C - Zapékané brambory s brynzou a petrželkou, salát	7
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový s kari a majolkou, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 15.6.2023

Polévka:	Hovězí vývar s droždíovými knedlíčky	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Kaplická cmunda ( bramborák plněný uzeným masem a zelím )	1,3
	B - Frankfurtská vepřová pečeně, těstoviny, kompot	1
	C - Rakouský zeleninový řízek, brambor, salát	1
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 16.6.2023

Polévka:	Valašská kyselice	1,7
Hlavní jídlo:	A - Smažený kuřecí řízek, brambor, salát	1,3
	B - Palačinky s malinovým tvarohem 3 ks	1,3
	C - Cuketka v pikantním těstíčku, brambor, salát	1,9
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

**pondělí 19.6.2023**

Polévka:	Fazolová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Vepřový kotlet na žampionech, rýže, kompot	1
	B - Zapékaná brokolice s nivou, šunkou a vejcem, brambor, salát	1,3,7
	C - Cuketka na smetaně se sýrem, celozrnné těstoviny	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

**úterý 20.6.2023**

Polévka:	Brokolicová se smetanou a bramborem	1,7
Hlavní jídlo:	A - Parlamentní závitky, bramborový knedlík	1
	B - Zabíjačkový kotlík	1,7
	C - Rybí filé s brokolicí a sýrem, brambor, obloha	1,4,7
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový se žampiony, dressing, pečivo	1,7,9

**středa 21.6.2023**

Polévka:	Gulášová	1
Hlavní jídlo:	A - Pštosí vejce, bramborová kaše	1,3,7
	B - Kuřecí stehno na paprice, vařená tarhoňa	1,7
	C - Květák po indicku, brambor, salát	
	4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dressing, pečivo	1,7,9

**čtvrtek 22.6.2023**

Polévka:	Zeleninová jarní se strouháním	1,3
Hlavní jídlo:	A - Hamburgská vepřová pečeně, houskový knedlík	1,3,7,9
	B - Kuřecí kung-pao, rýže	1,6,9
	C - Kapustový mozeček, brambor, salát	3
	4 - Druhá zelenina, salát řecký s olivami, dressing, pečivo	1,7,9

**pátek 23.6.2023**

Polévka:	Ruský boršč	1,9
Hlavní jídlo:	A - Marinovaný kuřecí stehenní steak, brambor, obloha	1
	B - Dukátové buchtičky s vanilkovým krémem	1,3,7
	C - Houbový Stroganoff, rýže	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s kapií, dressing, pečivo	1,7,9

**pondělí 26.6.2023**

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na slanině a kmínu, rýže, kompot	1
	B - Čočka na kyselo, grilovací bílá klobása, chléb, okurek	1
	C - Penne se sušenými rajčátky, pestem a kuřecím masem	1
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový, dressing, pečivo	1,3,7,9

**úterý 27.6.2023**

Polévka:	Hrachová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Moravský vrabec, špenát, bramborový knedlík	1
	B - Krutí prsíčko na křenu a kapií, rýže, salát	1
	C - Ratatouille s balkánským sýrem	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát coleslaw, dressing, pečivo	1,3,7,9

### středa 28.6.2023

Polévka:	Hovězí vývar s játrovými knedlíčky	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Španělský ptáček, rýže	1,3
	B - Přírodní rybí filé, baby mrkvička, brambor	4
	C - Palačinky se špenátem a balkánským sýrem	1,3,7
	4 - Druhovú zelenina, salát tzatziky, dressing, pečivo	1,3,7,9

### čtvrtek 29.6.2023

Polévka:	Česneková	1,3
Hlavní jídlo:	A - Lázeňská vepřové plec, houskový knedlík	1,7
	B - Chillí con carne s mletým hovězím masem, chléb	1
	C - Gnocchi s omáčkou s lesních hříbků a smetany	1,7
	4 - Druhovú zelenina, salát z červené řepy, dressing, pečivo	1,3,7,9

### pátek 30.6.2023

Polévka:	Hrstková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Přírodní vepřový kotlet, sázené vejce, opékaný brambor, obloha	1,3
	B - Špecle s mákem, máslem a cukrem	1
	C - Dýňové rizoto s rozmarýnem, smetanou a sýrem	7
	4 - Druhovú zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,3,7,9

### studené jídlo možno vybrat místo hlavního jídla ( polévka zůstává )

1.	Bulka s e smaženým sýrem, pórkem a dressingem na listu salátu	1,3,7
2.	Salát coleslaw, přírodní kuřecí plátek	1,7,9
3.	Těstovinový salát s kuřecím masem	1,3,7
4.	Zeleninová mísa ( viz denní meny )	1,3,7,9
5.	Kuřecí řízek, chléb, okurek	1
6.	Obložené bagety šunka sýr, zelenina 2 ks	1,7
7.	Pečená sekaná, chléb, hořčice, okurek	1,1
8.	Bageta s kuřecími smaženými řízečky, dressing, 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) Měkkýši a výrobky z nich