

# 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 1.7.2024

Polévka:	Bramboračka s houbami	1
Hlavní jídlo:	A - Znojemská vepřová pečeně, těstovina	1
	B - Rizoto s kuřecím masem a zeleninou, sýr, okurek	1,7
	C - Pohanka na cibulce s brokolicí a tofu, salát	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát řecký s olivami, dressing, pečivo	1,7,9

## úterý 2.7.2024

Polévka:	Krkonošská cibulačka	1
Hlavní jídlo:	A - Pečená krkovička, dušené zelí, brambor	1
	B - Boloňské špagety, sýr	1,7
	C - Francouzská čočka s kuřecím masem, fit rohlík	1
	4 - Druhá zelenina, salát ž českého zelí a kukuřice, dressing	1,7,9

## středa 3.7.2024

Polévka:	Čočková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Bratislavská vepřová pečeně, houskový knedlík	1,7
	B - Kuřecí prsíčko s houbovou vaječnou a sýrem, brambor, salát	3
	C - Vegetariánské lečo s čerstvé zeleniny s balkánským sýrem, chléb	1,3,7
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s kapií, dressing, pečivo	1,7,9

## čtvrtek 4.7.2024

Polévka:	Rajská s těstovinovou rýží	1
Hlavní jídlo:	A - Krůtí prso, baby mrkvička, brambor	
	B - Střapačky se zelím, pečená klobása	1
	C - Květákový mozeček, brambor, salát	3
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový, dressing, pečivo	1,3,7,9

**Pátek 5.7.2024 Státní svátek - nevaříme**

## pondělí 8.7.2024

Polévka:	Špenátová	1,3
Hlavní jídlo:	A - Uzené kuřecí stehno, brambor, kompot	1
	B - Smažená treska se sýrovou omáčkou, brambor, salát	1,4,7
	C - Cuketový nákyp s bramborem, nivou a smetanou, salát	3,7
	4 - Druhá zelenina, salát celerový s jablky, dressing, pečivo	1,3,7,9

### úterý 9.7.2024

Polévka:	Slepičí s těstovinou a zeleninou	1,9
Hlavní jídlo:	A - Segedínský guláš Speciál, houskový knedlík	1,3,7
	B - Vaječná amoleta plněná žampiony a hráškem, brambor, salát	3
	C - Zelené fazolky na česneku se slaninou a kečupem, kaiserka	1
	4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dressing, pečivo	1,3,7,9

### středa 10.7.2024

Polévka:	Kapustová	1
Hlavní jídlo:	A - Smažený karbenátek, brambor, okurek	1,3
	B - Zapékané těstoviny s uzeným masem, okurek	1,3
	C - Cizrnový salát s kuřecím masem, zeleninou a zálivkou, pečivo	1
	4 - Druhá zelenina, salát coleslaw, dressing, pečivo	1,7,9

### čtvrtek 11.7.2024

Polévka:	Francouzská	1,9
Hlavní jídlo:	A - Koprová omáčka, dušený vepřový plátek, houskový knedlík	1,3,7
	B - Hovězí pečeně na lesních hříbkách, rýže	1
	C - Uhlířské špagety, salát	1,3,7
	4 - Druhá zelenina, salát ředkvičkový, dressing, pečivo	1,7,9

### pátek 12.7.2024

Polévka:	Valašská kyselica	1,7
Hlavní jídlo:	A - Gordon bleu, brambor, salát	1,3,7
	B - Bublanina se sezónním ovocem	1,3,7
	C - Zapékané brambory s cuketou a tuňákem, salát	3,4
	4 - Druhá zelenina, salát čočkový s cibulkou, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 15.7.2024

Polévka:	Fazolová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Plovdivská vepřová plec, těstovina	1,3
	B - Salám v pikantním těstíčku, brambor, okurek	1,3,9
	C - Havířské pikantní špecle se slaninou, čalamáda	1,9
	4 - Druhá zelenina, salát řecký, dressing, pečivo	1,7,9

### úterý 16.7.2024

Polévka:	Brokolicová se smetanou a bramborem	1,7
Hlavní jídlo:	A - Čevapčiči, brambor, hořčice, cibule	1,1
	B - Čočka na kyselo, sázené vejce, uzenina, chléb, okurek	1,3
	C - Bulgur s krabím masem a zeleninou, sýr, salát	1,4
	4 - Druhá zelenina, salát z červené řepy, dressing, pečivo	1,7,9

### středa 17.7.2024

Polévka:	Gulášová	1
Hlavní jídlo:	A - Smažené rybí filé, brambor, salát	1,4
	B - Mexické krůtí nudličky, rýže	1
	C - Gnocchi se špenátem, sýr	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát fazolový s kari a majolkou, dressing, pečivo	1,7,9

#### čtvrtek 18.7.2024

Polévka:	Zeleninová jarní se strouháním	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Masové kuličky v rajské omáčce, houskový knedlík	1
	B - Plněná kuřecí roláda, rýže, kompot	1
	C - Smažené cibulové kroužky, brambor, salát	1
	4 - Druhá zelenina, salát šopský, dressing, pečivo	1,7,9

#### pátek 19.7.2024

Polévka:	Ruský boršč	1
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na kysaném zelí, bramborový knedlík	1
	B - Palačinky s tvarohem a broskvemi 3 ks	1,3,7
	C - Sójové maso s červeným kari a kokosovým mlékem, rýže	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,7,9

#### pondělí 22.7.2024

Polévka:	Hrachová	1,9
Hlavní jídlo:	A - Plzeňský kotlet, bramborový knedlík, smažená cibulka	1
	B - Smažený květák, brambor, tatarka	1,7
	C - Bulgur s růžičkovou kapustou a tofu, salát	1,6
	4 - Druhá zelenina, salát vajíčkový s majonézou, dressing, pečivo	1,3,7,9

#### úterý 23.7.2024

Polévka:	Květáková	1,9
Hlavní jídlo:	A - Pikantní masová směs, bramboráčky, sýr	1,7
	B - Křenová omáčka se smetanou, brambor, vařené vejce 2 ks	1,3,7
	C - Šumavské nudle s čerstvou petrželkou, salát	1
	4 - Druhá zelenina, salát tzatziki, dressing, pečivo	1,7,9

#### středa 24.7.2024

Polévka:	Kulajda	1,3,7
Hlavní jídlo:	A - Hovězí guláš, houskový knedlík, cibule	1
	B - Sýrová jehla s uzeninou, brambor, tatarka	1,3,7
	C - Přírodní rybí filé, zelenina na páře, brambor	4
	4 - Druhá zelenina, salát těstovinový, dressing, pečivo	1,7,9

#### čtvrtek 25.7.2024

Polévka:	Hovězí vývar s droždíovými knedlíčky	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Přírodní kuřecí steak se sýrem, opékaný brambor, tatarka	7
	B - Drůbeží játra na slanině, rýže, kompot	1
	C - Zapékané jáhly se špenátem a uzeným sýrem, salát	1,7
	4 - Druhá zelenina, salát řecký s olivami, dressing, pečivo	1,7,9

#### pátek 26.7.2024

Polévka:	Frankfurtská	1
Hlavní jídlo:	A - Bramborové šišky s uzeným masem, kysané zelí, cibulka	1
	B - Nudle s mákem, ovoce	1
	C - Vegetariánské lečo s čerstvé zeleniny, pečivo	1,3
	4 - Druhá zelenina, salát sýrový s kapií, dressing, pečivo	1,7,9

### pondělí 29.7.2024

Polévka:	Krkonošské kyselo	1,7
Hlavní jídlo:	A - Kuřecí stehno na srbský způsob, rýže	1
	B - Brynzové halušky	1,7
	C - Grilovaná zelenina, sýrová omáčka, brambor	3
	4 - Druhovú zelenina, salát vajíčkový, dressing, pečivo	1,3,7,9

### úterý 30.7.2024

Polévka:	Ovarová s kroupami	1
Hlavní jídlo:	A - Maďarský hovězí tokáň, těstoviny	1
	B - Hrachová kaše, uzené maso, chléb, okurek	1
	C - Cereální rybí filé, brambor, salát	1,4
	4 - Druhovú zelenina, salát hanácký, dressing, pečivo	1,3,7,9

### středa 31.7.2024

Polévka:	Hovězí vývar s játrovými knedlíčky	1,3,9
Hlavní jídlo:	A - Smažený vepřový řízek, brambor, salát	1
	B - Dušená mrkev s hráškem, brambor, dušený vepřový plátek	1
	C - Fazole zapékané s rajčaty, česnekem a sýrem, česneková bageta	1
	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