



# Jídelní lístek

Týden číslo: 47 (21.11.2022 - 25.11.2022)

Objednávky:  
web: www.plzen-stravovani.cz  
email: info@plzen-stravovani.cz

## Pondělí - 21.11.2022

<b>Polévky</b>		
P1	Kuřecí vývar s rýží [9]	0,33l
P2	Dršťková polévka z hlívy ústříčné [1,9]	0,33l
<b>Dezert/salátek/ovoce</b>		
M1	Ovocný kompot	150g
<b>Hotová jídla</b>		
H1	Hamburská vepřová na smetaně, houskový knedlík [1,3,7,9,10]	150g/3dl/6ks
H2	Hovězí maso na slanině, rýže [1,9]	150g/3dl/300g
H3	Přírodní kuřecí plátek na kmíně, brambor s petrželkou [1,9]	120g/1,5dl/250g
H4	Čočka na kyselo, vejce, cibulka, okurka, pečivo - bezmasé [1,3,9]	350g/1ks/1ks/1ks
H5	Smažené rybí filé se sýrem, brambor, tatarská omáčka [1,3,4,7,9,10]	2ks/250g/70g
H6	Těstovinový salát/barevné těstoviny, nakládaná zelenina, kuřecí maso, vař.vejce, dresink/ [1,3,7,9]	350g/100g/70g
<b>Fit stravování</b>		
F1	Fitness hovězí maso na celeru, rýže s quinoou - bezlepkové [7,9]	130g/2dl/250g
<b>Speciality</b>		
SP1	Krůtí steak s dušenou VIP zeleninou, šťouchaný brambor [1,9]	150g/110g/250g
<b>Saláty</b>		
D1	Míchaný salát s tuňákem a vejcem, dresink - bezlepkové [3,4,7,9,10]	410g
D2	Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, pečené kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a pečeným kuřecím masem [1,7,9]	410g
<b>Knedlíky</b>		
K1	Kynutý knedlík [1,3,7]	550g

## Úterý - 22.11.2022

<b>Polévky</b>		
P1	Hovězí vývar s nudlemi [1,9]	0,33l
P2	Čočková s uzeninou [1]	0,33l
<b>Dezert/salátek/ovoce</b>		
M1	Mrkvový salát s jablky a křenem [9]	150g
<b>Hotová jídla</b>		
H1	Krůtí výpečky, kysané zelí, bramborový knedlík [1,3,9]	120g/250g/8ks
H2	Krkonoský vepřový guláš, těstoviny [1]	160g/3dl/300g
H3	Formanské přír. vepřové řízečky, bramborová kaše [1,7,10]	150g/1dl/300g
H4	Indické zeleninové kari, rýže - bezmasé [1,7,9]	300g/300g
H5	Smažený květák, šťouchaný brambor, tatarská omáčka - bezmasé [1,3,7,9,10]	200g/250g/70g
H6	Těstovinový salát s kuřecími barbecue nudličkami, jogurtový dresink [1,3,7,9]	350g/100g/70g
<b>Fit stravování</b>		
F1	Kuřecí prso plněné sýrem a žampiony, fazolková rýže - bezlepkové [7,9]	130g/1,5dl/220g
<b>Speciality</b>		
SP1	Vepřová panenka s omáčkou na zel.pepři, šťouchané brambory [1,7,9]	170g/2dl/280g
<b>Saláty</b>		
D1	Míchaný salát s tuňákem a vejcem, dresink - bezlepkové [3,4,7,9,10]	410g
D2	Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, pečené kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a pečeným kuřecím masem [1,7,9]	410g
D4	Řecký míchaný salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé, bezlepkové [7,9]	410g
<b>Knedlíky</b>		
K1	Kynutý knedlík [1,3,7]	550g
K2	Bramborový knedlík [1,3]	550g

## Středa - 23.11.2022

<b>Polévky</b>		
P1	Ovarová s kroupami [1,9]	0,33l
P2	Špenátovo-brokoliceový krém [1,7,9]	0,33l
<b>Dezert/salátek/ovoce</b>		
M1	Perník s jablky a tvarohem [1,3,7,8]	150g
<b>Hotová jídla</b>		
H1	Hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík [1,3,9]	150g/3dl/6ks
H2	Neapolská vepřová játra, basmati rýže [1,9]	200g/2,5dl/300g
H3	Vepřové ragú na kořenové zelenině a pórku, bramborová kaše [1,7,10]	160g/2dl/300g
H4	Houbovo-zeleninové bulgur rizoto, strouhaný sýr, okurka - bezmasé [1,7,9]	400g/0,5ks
H5	Kuřecí stehno pečené, nádivka, brambor, okurka [1,3,7,9]	280g/250g/0,5ks
H6	Těstovinový salát francouzský (čerst.zelenina, kuř.maso, sýr, šunka, jogurtový dresink) [1,3,7,9]	350g/100g/70g
<b>Fit stravování</b>		
F1	Rýžové těstoviny s kuřecím masem a zeleninou - bezlepkové [5,6,9,11]	450g
<b>Speciality</b>		
SP1	Marinovaný kuřecí steak, zelené fazolky, šťouchaný brambor, Ranch dip [1,7,9]	150g/80g/1dl/280g/70g
<b>Saláty</b>		
D1	Míchaný salát s tuňákem a vejcem, dresink - bezlepkové [3,4,7,9,10]	410g
D2	Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, pečené kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a pečeným kuřecím masem [1,7,9]	410g
D4	Řecký míchaný salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé, bezlepkové [7,9]	410g
<b>Knedlíky</b>		
K1	Kynutý knedlík [1,3,7]	550g

## Čtvrtek - 24.11.2022

<b>Polévky</b>		
P1	Uzená polévka s rýží [9]	0,33l
P2	Kulajda [1,3,7]	0,33l
<b>Dezert/salátek/ovoce</b>		
M1	Fitness salát /mrkev, zelí, celer, jablko, jogurt/ [7,9]	150g
<b>Hotová jídla</b>		
H1	Vepřová krkovice na česneku, špenát, houskový knedlík [1,3,7]	150g/250g/1dc/6ks
H2	Hovězí maso STROGANOV, rýže [1,7,9]	150g/3dl/300g

H3	Fličky s uzeným masem a vejcem, červená řepa [1,3,7,9]	450g/100g
H4	Bramborové šišky s cukrem, mákem a máslem, kompot [1,3,7]	300g/100g
H5	Smažený hermelín, brambor, tatarská omáčka - bezmasé [1,3,7,9,10]	100g/250g/70g
H6	Těstovinový salát s kuřecími nudličkami na medu, tzatziky dresink [1,3,7,9]	350g/100g/70g
<b>Fit stravování</b>		
F1	Krůtí plátek na zelenině, brambor, tzatziki dresink - bezlepkové [7,9]	120g/1dl/220g/70g/70g
<b>Speciality</b>		
SP1	Pikantní krůtí nudličky /slanina, cibule, pórek, česnek, chilli/, šťouchaný brambor [1,6,9]	180g/250g/250g
<b>Saláty</b>		
D1	Míchaný salát s tuňákem a vejcem, dresink - bezlepkové [3,4,7,9,10]	410g
D2	Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, pečené kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a pečeným kuřecím masem [1,7,9]	410g
D4	Řecký míchaný salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé, bezlepkové [7,9]	410g
<b>Knedlíky</b>		
K1	Kynutý knedlík [1,3,7]	550g

## Pátek - 25.11.2022

<b>Polévky</b>		
P1	Drůbeží se strouháním [1,3,9]	0,33l
P2	Italská s těstovinou [1,9]	0,33l
<b>Dezert/salátek/ovoce</b>		
M1	Ovocný jogurt [7]	150g
<b>Snídaně</b>		
S1	Připravujeme	
<b>Hotová jídla</b>		
H1	Vepřová plec na česneku, špenát, bramborový knedlík [1,3,7,9]	150g/250g/8ks
H2	Kuřecí směs GYROS (gyros koření, žampiony), kari rýže [1,7]	130g/3dl/300g
H3	Špagety s boloňskou omáčkou, sýr [1,7,9]	300g/250g/30g
H4	Brokolice se smetanovo-sýrovou omáčkou, bramborové noky - bezmasé [1,3,7,9]	150g/2dl/250g
H5	Smažená vepřová kotleta, brambor, tatarská omáčka [1,3,7,9,10]	150g/250g/70g
H6	Těstovinový salát řecký (čerst.zel., kuř.maso, olivy, balkán, jogurtový dresink) [1,3,7,9]	350g/100g/70g
<b>Fit stravování</b>		
F1	Treska marinovaná v medové omáčce, zeleninová pohanka - bezlepkové [4,6,9]	150g/220g
<b>Speciality</b>		
SP1	Krůtí přírodní roládka s listovým špenátem a mozzarelou, šťouchaný brambor [1,7,9]	180g/250g
<b>Saláty</b>		
D1	Míchaný salát s tuňákem a vejcem, dresink - bezlepkové [3,4,7,9,10]	410g
D2	Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, pečené kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a pečeným kuřecím masem [1,7,9]	410g
D4	Řecký míchaný salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé, bezlepkové [7,9]	410g
<b>Knedlíky</b>		
K1	Kynutý knedlík [1,3,7]	550g
K2	Bramborový knedlík [1,3]	550g

\* - v hranatých závorkách za názvy jídel jsou uvedena čísla alergenů

\* - veškeré námi připravované pokrmy mohou obsahovat stopové prvky všech 14ti alergenů viz seznam

\* - změna jídelního lístku vyhrazena

\* - jenoporcově balená hotová jídla jsou šokově zchlazena s trvanlivostí až 5 dnů. Vyjma salátů a salátků.

# SEZNAM ALERGENŮ

publikovaný ve směrnici 2000/89 ES od 13.12.2014 směrnicí 1169/2011 EU

- 1 OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK**  
pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich
- 2 KORÝŠI**  
a výrobky z nich
- 3 VEJCE**  
a výrobky z nich
- 4 RYBY**  
a výrobky z nich
- 5 PODZEMNICE OLEJNÁ (ARAŠÍDY)**  
a výrobky z nich
- 6 SÓJOVÉ BOBY (SÓJA)**  
a výrobky z nich
- 7 MLÉKO**  
a výrobky z něj
- 8 SKOŘÁPKOVÉ PLODY**  
mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie a výrobky z nich
- 9 CELER**  
a výrobky z něj
- 10 HOŘČICE**  
a výrobky z ní
- 11 SEZAMOVÁ SEMENA (SEZAM)**  
a výrobky z nich
- 12 OXID SIŘIČITÝ A SIŘIČITANY**  
v koncentracích vyšších 10 mg, ml/kg, l, vyjádřeno SO<sub>2</sub>
- 13 VLČÍ BOB (LUPINA)**  
a výrobky z něj
- 14 MĚKKÝŠI**  
a výrobky z nich

