



Jídelní lístek

Týden číslo: 48 (28.11.2022 - 2.12.2022)

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

Pondělí - 28.11.2022

| | | |
|-----------------------------|--|---------------------|
| Polévky | | |
| P1 | Hovězí vývar s rýží [9] | 0,33l |
| P2 | Žampionová krémová [1,7] | 0,33l |
| Dezert/salátek/ovoce | | |
| M1 | Ovocný kompot | 150g |
| Hotová jídla | | |
| H1 | Znojenská vepřová plec, houskový knedlík [1,3,9] | 150g/3dl/5ks |
| H2 | Krůtí maso na smetaně, těstoviny [1,3,7,9] | 130g/2,5dl/300g |
| H3 | Fazolový hrnec s hovězím masem a rajčaty, chléb [1,9] | 400g/130g/6x0,5ks |
| H4 | Zapečené gnocchi se špenátem a třemi druhy sýra, salát - bezmasé [1,3,7,9] | 450g/100g |
| H5 | Kuřecí stehno po revírnicku /česnek, bílé víno, protlak, jalovec/, brambor [1,9] | 250g/2dl/250g |
| H6 | Těstovinový salát/ nakládaná zelenina, kuřecí maso, vařené vejce, dresink/ [1,3,7,9] | 350g/100g/70g |
| Fit stravování | | |
| F1 | Fitness krůtí plátek s bylinkami a suš.rajčaty, šťouchaný brambor, rybízový dip - bezlepkové [7,9] | 120g/1,5dl/200g/70g |
| Speciality | | |
| SP1 | Vepřová panenka s pažitkovou omáčkou, šťouchaný brambor [1,7,9] | 180g/1,5dl/250g |
| Saláty | | |
| 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 |
| Knedlíky | | |
| K1 | Kynutý knedlík [1,3,7] | 550g |

Úterý - 29.11.2022

| | | |
|-----------------------------|--|-----------------|
| Polévky | | |
| P1 | Krůtí vývar se zeleninou a nudlemi [1,9] | 0,33l |
| P2 | Kulajda [1,3,7] | 0,33l |
| Dezert/salátek/ovoce | | |
| M1 | Míchaný s čínským zelím a brusinkami [9] | 150g |
| Snídaně | | |
| S1 | 1ks donut,50g šunka,20g máslo, med, džem, 3ks rajčátka, pečivo | |
| Hotová jídla | | |
| H1 | Vepřové výpečky, kysané zelí, bramborový knedlík [1,3,9] | 150g/250g/8ks |
| H2 | Farmářská kuřecí směs /paprika, sekané fazolky/, rýže [1,9] | 120g/3dcl/300g |
| H3 | Tréska zapečená se sýrem, brokolici a smetanou, brambor s petrželkou - bezlepkové [4,7,9] | 150g/250g |
| H4 | Špagety alla puttanesca /olivky, kapary, feferonky, drcená rajčata/, sýr - bezmasé [1,7,9] | 300g/2dl/50g |
| H5 | Uzené maso, bramborová kaše, okurka [1,7] | 120g/300g/0,5ks |
| H6 | Těstovinový salát s kuřecími nudličkami na medu, tzatziky dresink [1,3,7,9] | 350g/100g/70g |
| Fit stravování | | |
| F1 | Rýžové těstoviny s čínskou zeleninou a vepřovým masem - bezlepkové [6,9] | 250g/200g |
| Speciality | | |
| SP1 | Kuřecí CORDON BLEU, brambor s petrželkou, tatarská omáčka [1,3,7,9,10] | 150g/250g/70g |
| Saláty | | |
| 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 |
| Knedlíky | | |
| K1 | Kynutý knedlík [1,3,7] | 550g |
| K2 | Bramborový knedlík [1,3] | 550g |

Středa - 30.11.2022

| | | |
|-----------------------------|--|----------------------|
| Polévky | | |
| P1 | Kmínová polévka s vepřovým masem [3,9] | 0,33l |
| P2 | Selská polévka s fazolemi [1,9] | 0,4l |
| Dezert/salátek/ovoce | | |
| M1 | Řezy RAFFAELLO [1,3,7] | 150g |
| Hotová jídla | | |
| H1 | Pížeňský hovězí guláš /vejce, kapie, cibule/, houskový knedlík [1,3,9] | 150g/3dl/6ks |
| H2 | Farfalle s rajčatovou omáčkou, kuř.masem a bazalkou [1,3,9] | 120g/3dl/300g |
| H3 | Vepř.játro na roštu s anglickou směsí, bramborová kaše [1,7,9,10] | 200g/1,5dl/300g |
| H4 | Zeleninový bulgur s kapustičkami, strouhaný sýr, červená řepa - bezmasé [1,6,7,9] | 450g/100g |
| H5 | Smažené kuřecí stripsy, brambor, tatarská omáčka [1,3,7,9,10] | 140g/250g/70g |
| H6 | Těstovinový salát s vepřovými Gyros nudličkami, jogurtový dresink [1,3,7,9] | 350g/100g/70g |
| Fit stravování | | |
| F1 | Pikantní kuřecí směs, arabský chléb, jogurtový dip [1,6,7,9] | 350g/1ks/70g |
| Speciality | | |
| SP1 | Hovězí plátek s vepřovou omáčkou a zelenými fazolkami, šťouchaný brambor [1,7,9] | 170g/1,5dl/100g/250g |
| Saláty | | |
| 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 |
| Knedlíky | | |
| K1 | Kynutý knedlík [1,3,7] | 550g |

Čtvrtek - 1.12.2022

| | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|-------|
| Polévky | | |
| P1 | Hovězí vývar s drobením [1,9] | 0,33l |
| P2 | Frankfurtská s párkem [1,7] | 0,33l |
| Dezert/salátek/ovoce | | |
| M1 | Salát z červeného zelí s jablky [9] | 200g |

Snídaně

S1 2ks Omeletky s hráškem a šunkou, máslo, džem, med, pečivo

Hotová jídla

| | | |
|----|---|-----------------|
| H1 | Pražská hovězí pečeně, houskový knedlík [1,3,7,9] | 150g/3dl/6ks |
| H2 | Kuřecí prsa na paprice, bramborové noky [1,3,7,9] | 130g/2,5dl/250g |
| H3 | Pečený karbanátek se sýrem, bramborová kaše, okurka [1,3,7] | 180g/300g/0,5ks |
| H4 | Rýžový nákyp s ovocem, kompot - bezlepkové [3,7] | 450g/150g |
| H5 | Smažený hermelín, brambor vařený, tatarka [1,3,7,9,10] | 100g/250g |
| H6 | Těstovinový salát francouzský (čerst.zelenina, kuř.maso, sýr, šunka, jogurtový dresink) [1,3,7,9] | 350g/100g/70g |

Fit stravování

F1 Kuřecí prso plněné sýrem a žampiony, fazolková rýže - bezlepkové [7,9] 130g/1,5dl/220g

Speciality

SP1 Nudličky z vepřové panenky s cibulovo-pivní omáčkou, šťouchaný brambor s pórkem [1,9] 180g/2dl/280g

Saláty

| | | |
|----|--|------|
| 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 |

Pátek - 2.12.2022**Polévky**

| | | |
|----|--|-------|
| P1 | Drůbeží vývar s pohankou [9] | 0,33l |
| P2 | Kapustová s klobásou a bramborem [1,9] | 0,33l |

Dezert/salátek/ovoce

M1 Šlehaný tvaroh s ovocem [7] 150g

Snídaně

S1 100g debrecínka, 1ks tavený sýr, 2x rajčátko, 2kol okurka, máslo, džem, med, pečivo

Hotová jídla

| | | |
|----|---|-----------------|
| H1 | Dragounský marš /vepř.maso, cibule/, bramborový knedlík [1,3,9] | 3dl/8ks |
| H2 | Kuřecí špalíčky pečené na zelenině, rýže [1,9] | 250g/2,5dl/300g |
| H3 | Káhirské špagety /hovězí maso/ strouhaný sýr [1,3,7,9] | 300g/2dl/30g |
| H4 | Penne se sušenými rajčaty, listovým špenátem a česnekem - bezmasé [1,3,7,9] | 300g/250g |
| H5 | Formanské přír. vepřové řízečky, bramborová kaše [1,7,10] | 150g/1dl/300g |
| H6 | Těstovinový salát s kuřecími barbecue nudličkami, jogurtový dresink [1,3,7,9] | 350g/100g/70g |

Fit stravování

F1 Fitness pohankové rizoto s vepř.panenkou, okurka, sýr - bezlepkové [7,9] 400g/0,5ks

Speciality

SP1 Marinovaný kuřecí steak, zelené fazolky, šťouchaný brambor, Ranch dip [1,7,9] 150g/80g/1dl/280g/70g

Saláty

| | | |
|----|--|------|
| 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 |

Knedlíky

| | | |
|----|--------------------------|------|
| 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 SO₂
- 13 VLČÍ BOB (LUPINA)**
a výrobky z něj
- 14 MĚKKÝŠI**
a výrobky z nich

