



# Jídelní lístek

Týden číslo: 4 (25.1.2021 - 29.1.2021)

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

## Pondělí - 25.1.2021

|                             |  |                 |
|-----------------------------|--|-----------------|
| <b>Polévky</b>              |  |                 |
| P1                          | Hovězí vývar s těstovinou [1,9]  | 0,4l            |
| P2                          | Pórková s krupicí [1,9]  | 0,4l            |
| <b>Dezert/salátek/ovoce</b> |  |                 |
| M1                          | Červená řepa kompotovaná [9]   | 150g            |
| <b>Hotová jídla</b>         |  |                 |
| H1                          | Smetanová houbová omáčka, hovězí maso, houskový knedlík [1,3,7]                                    | 150g/3dl/6ks    |
| H2                          | Srbské vepřové žebírko, rýže [1]   | 150g/3dl/300g   |
| H3                          | Kuřecí roláda s přírodní šťávou, vařený brambor [1,7,9]  | 130g/1,5dl/250g |
| H4                          | Gratinované brambory s brokolící, salát - bezmasé [3,7,9]  | 450g/100g       |
| H5                          | Smažený hermelín, brambor, tatarská omáčka [1,3,7,10]  | 100g/250g       |
| H6                          | Zelný salát s kuřecími řízečky, dresink [1,3,7,9]  | 300g/100g/70g   |
| <b>Fit stravování</b>       |  |                 |
| F1                          | Čočkový talíř s hráškem, houbami a rýží - bezlepkové - 85.-Kč [7,9]                                | 400g            |
| <b>Speciality</b>           |  |                 |
| SP1                         | Krůtí steak s fazolkami a kukuřicí, štouchaný brambor s cibulkou [1,9]                             | 150g/100g/250g  |
| <b>Saláty</b>               |  |                 |
| D1                          | Salát Nicoise /list.salát, brambor, fazol.lusky, tuňák, vejce/, dresink [3,4,7,9,10]               | 300g/110g       |
| D2                          | Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, kuřecí maso [3,7,9]                                   | 410g            |
| D3                          | Zeleninový salát s kuskusem, balkánským sýrem a kuřecím masem, dresink [1,7,9]                     | 400g            |
| D4                          | Řecký salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé [7,9]  | 410g            |
| <b>Malé saláty</b>          |  |                 |
| S1                          | Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,10] | 250g            |
| <b>Knedlíky</b>             |  |                 |
| K1                          | Kynutý knedlík (domácí celý) [1,3,7]   | 550g            |
| K2                          | Bramborový knedlík (domácí celý) [1,3]   | 550g            |

## Úterý - 26.1.2021

|                             |  |                 |
|-----------------------------|--|-----------------|
| <b>Polévky</b>              |  |                 |
| P1                          | Zeleninová s bramborem [9]   | 0,4l            |
| P2                          | Dršťková [1]   | 0,4l            |
| <b>Dezert/salátek/ovoce</b> |  |                 |
| M1                          | Míchaný s čínským zelím [9]  | 150g            |
| <b>Hotová jídla</b>         |  |                 |
| H1                          | Kuře á-la kachna, kysané zelí, bramborový knedlík [1,3,9]  | 280g/250g/280g  |
| H2                          | Pikantní hovězí nudličky, hrášková rýže [1]  | 120g/3dl/300g   |
| H3                          | Domácí sekaná, bramborová kaše, okurka [1,3,7,10]  | 180g/300g/0,5ks |
| H4                          | Gnocchi s list.špenátem, sušenými rajčaty a sýrem - bezmasé [1,3,7,9]                              | 250g/2,5dl      |
| H5                          | Smažený vepřový řízek, brambor vařený, tatarka [1,3,7,9,10]  | 150g/250g/70g   |
| H6                          | Těstovinový salát s kuřecím masem, olivami a rajčaty, dresink [1,3,7,9]                            | 350g/100g/70g   |
| <b>Fit stravování</b>       |  |                 |
| F1                          | Wrap s kuřecím masem a avokádovou cesar směsí - 85.-Kč [1,7,9]                                     | 250g            |
| <b>Speciality</b>           |  |                 |
| SP1                         | Sýrové lasagne s kuřecím masem, salát [1,3,7,9]  | 450g/100g       |
| <b>Saláty</b>               |  |                 |
| D1                          | Salát Nicoise /list.salát, brambor, fazol.lusky, tuňák, vejce/, dresink [3,4,7,9,10]               | 300g/110g       |
| D2                          | Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, kuřecí maso [3,7,9]                                   | 410g            |
| D3                          | Zeleninový salát s kuskusem, balkánským sýrem a kuřecím masem, dresink [1,7,9]                     | 400g            |
| D4                          | Řecký salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé [7,9]  | 410g            |
| <b>Malé saláty</b>          |  |                 |
| S1                          | Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,10] | 250g            |
| <b>Knedlíky</b>             |  |                 |
| K1                          | Kynutý knedlík (domácí celý) [1,3,7]   | 550g            |
| K2                          | Bramborový knedlík (domácí celý) [1,3]   | 550g            |

## Středa - 27.1.2021

|                             |  |                 |
|-----------------------------|--|-----------------|
| <b>Polévky</b>              |  |                 |
| P1                          | Kuřecí vývar s masem a nudlemi [1,3,9]   | 0,4l            |
| P2                          | Boršč [1,9]  | 0,4l            |
| <b>Dezert/salátek/ovoce</b> |  |                 |
| M1                          | Perník [1,3,7,8]   | 150g            |
| <b>Hotová jídla</b>         |  |                 |
| H1                          | Zabijačkový vepřový guláš, houskový knedlík [1,3,9]  | 150g/3dl/5ks    |
| H2                          | Pekingské kuřecí nudle se zeleninou, salát [1,3,6,9]   | 450g/100g       |
| H3                          | Smažené rybí filé, brambor, tatarka [1,3,4,7,9,10]   | 150g/250g/70g   |
| H4                          | Bulgur s kapustičkami a kořenovou zeleninou, červená řepa - bezmasé [1,9]                          | 450g/100g       |
| H5                          | Vepřová krkovička s česnekovým sosem, bramborová kaše [1,7]  | 150g/300g       |
| H6                          | Těstovinový salát francouzský (čerst.zelenina, kuř.maso, sýr, šunka, dres.) [1,3,7,9]              | 350g/100g/70g   |
| <b>Fit stravování</b>       |  |                 |
| F1                          | Kuřecí maso s chřestem, quinoou a tymiánem - bezlepkové - 85.-Kč [9]                               | 400g            |
| <b>Speciality</b>           |  |                 |
| SP1                         | Kuřecí roládka plněná houbovo-vaječnou směsí, štouchaný brambor s pórkem [1,3,7,9]                 | 140g/1,5dl/300g |
| <b>Saláty</b>               |  |                 |
| D1                          | Salát Nicoise /list.salát, brambor, fazol.lusky, tuňák, vejce/, dresink [3,4,7,9,10]               | 300g/110g       |
| D2                          | Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, kuřecí maso [3,7,9]                                   | 410g            |
| D3                          | Zeleninový salát s kuskusem, balkánským sýrem a kuřecím masem, dresink [1,7,9]                     | 400g            |
| D4                          | Řecký salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé [7,9]  | 410g            |
| <b>Malé saláty</b>          |  |                 |
| S1                          | Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,10] | 250g            |
| <b>Knedlíky</b>             |  |                 |
| K1                          | Kynutý knedlík (domácí celý) [1,3,7]   | 550g            |
| K2                          | Bramborový knedlík (domácí celý) [1,3]   | 550g            |

## Čtvrtek - 28.1.2021

|                             |  |                 |
|-----------------------------|--|-----------------|
| <b>Polévky</b>              |  |                 |
| P1                          | Česnečka s uzeným masem a bramborem [1,9]  | 0,4l            |
| P2                          | Valašská kyselica [1,3,7]  | 0,4l            |
| <b>Dezert/salátek/ovoce</b> |  |                 |
| M1                          | Okurkovo-rajčatový salát [9]   | 150g            |
| <b>Hotová jídla</b>         |  |                 |
| H1                          | Štěpánská hovězí pečeně, houskový knedlík [1,3,10]   | 150g/3dl/6ks    |
| H2                          | Flíčky s uzeným masem a vejcem, kyselá okurka [1,3,7]  | 450g/0,5 ks     |
| H3                          | Krůtí stehenní maso pečené, bramborová kaše, okurka [1,7,9]  | 140g/300g/0,5ks |
| H4                          | Dušená mrkev na másle, vařený brambor - bezmasé [1,7,9]  | 300g/250g       |
| H5                          | Smažený studentský řízek, brambor, tatarka [1,3,7,9,10]  | 150g/250g/70g   |
| H6                          | Těstovinový salát indický (kuřecí maso, kukuřice, listová zelenina, kari dresink) [1,3,7,9]        | 350g/100g/70g   |
| <b>Fit stravování</b>       |  |                 |
| F1                          | Kuřecí stehna s pomerančovou omáčkou a kuskusem - 85Kč [1,6,9]                                     | 355g            |
| <b>Speciality</b>           |  |                 |
| SP1                         | Vepřová panenka s omáčkou z nivy, bramborové noky [7,9]  | 180g/2dl/250g   |
| <b>Saláty</b>               |  |                 |
| D1                          | Salát Nicoise /list.salát, brambor, fazol.lusky, tuňák, vejce/, dresink [3,4,7,9,10]               | 300g/110g       |
| D2                          | Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, kuřecí maso [3,7,9]                                   | 410g            |
| D3                          | Zeleninový salát s kuskusem, balkánským sýrem a kuřecím masem, dresink [1,7,9]                     | 400g            |
| D4                          | Řecký salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé [7,9]  | 410g            |
| <b>Malé saláty</b>          |  |                 |
| S1                          | Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,10] | 250g            |
| <b>Knedlíky</b>             |  |                 |
| K1                          | Kynutý knedlík (domácí celý) [1,3,7]   | 550g            |
| K2                          | Bramborový knedlík (domácí celý) [1,3]   | 550g            |

## Pátek - 29.1.2021

|                             |  |                 |
|-----------------------------|--|-----------------|
| <b>Polévky</b>              |  |                 |
| P1                          | Hovězí vývar s kuskusem [1,9]  | 0,4l            |
| P2                          | Žampionová krémová [1,7]   | 0,4l            |
| <b>Dezert/salátek/ovoce</b> |  |                 |
| M1                          | Salát Coleslaw [7,9]   | 150g            |
| <b>Hotová jídla</b>         |  |                 |
| H1                          | Špekové knedlíky s uzeným masem, špenát, cibulka [1,3,7,9]   | 300g/250g       |
| H2                          | Kuřecí závitky pečený na zelenině, rýže [1,9]  | 280g/1,5dl/300g |
| H3                          | Mleté hovězí kebab s česnekovým dipem, brambor s petrželkou [1,3,7]                                | 180g/250g       |
| H4                          | Žemlovka s tvarohem a rozinkami, kompot [1,3,7]  | 400g/100g       |
| H5                          | Smažený kuřecí řízek, bramborová kaše, okurka [1,3,7]  | 120g/300g/0,5ks |
| H6                          | Těstovinový salát s kuřecími Gyros nudličkami, dresink [1,3,7,9]                                   | 350g/100g/70g   |
| <b>Fit stravování</b>       |  |                 |
| F1                          | Květákový nákyp s cottage, špenátem a suš. rajčaty - bezlepkové - 85.-Kč [3,7,9]                   | 345g            |
| <b>Speciality</b>           |  |                 |
| SP1                         | Pečený losos s brokolicí a smetanou, tagliatelle [1,3,4,7,9]                                       | 180g/2dl/300g   |
| <b>Saláty</b>               |  |                 |
| D1                          | Salát Nicoise /list.salát, brambor, fazol.lusky, tuňák, vejce/, dresink [3,4,7,9,10]               | 300g/110g       |
| D2                          | Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, kuřecí maso [3,7,9]                                   | 410g            |
| D3                          | Zeleninový salát s kuskusem, balkánským sýrem a kuřecím masem, dresink [1,7,9]                     | 400g            |
| D4                          | Řecký salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé [7,9]  | 410g            |
| <b>Malé saláty</b>          |  |                 |
| S1                          | Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,10] | 250g            |
| <b>Knedlíky</b>             |  |                 |
| K1                          | Kynutý knedlík (domácí celý) [1,3,7]   | 550g            |
| K2                          | Bramborový knedlík (domácí celý) [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

