



Jídelní lístek

Týden číslo: 28 (11.7.2022 - 15.7.2022)

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

Pondělí - 11.7.2022

Polévky		
P1	Hovězí s nudlemi a zeleninou [1,9]	0,33l
P2	Žampionová krémová [1,7]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		
M1	Červená řepa kompotovaná [9]	150g
Hotová jídla		
H1	Hovězí guláš FLAMENDR, houskový knedlík [1,3,9]	150g/3dl/6ks
H2	Kuřecí ragú s pórkem, rýže [1,9]	120g/3dl/300g
H3	Zapečené brambory /uzenina, vepř.maso, paprika, cibule/, okurka - bezlepkové [3,7,9]	450g/0,5ks
H4	Penne al Arabiata (rajčatové s bylinkami), sýr - bezmasé [1,3,7,9]	300g/2,5dl/30g
H5	Smažené kuřecí stripsy, brambor, tatarka [1,3,7,9,10]	140g/250g/70g
H6	Těstovinový salát s kuřecími barbecue nudličkami, jogurtový dresink [1,3,7,9]	350g/100g/70g
Fit stravování		
F1	Nízkosacharidová kuřecí prsa s mrkví a květákem - bezlepkové [9]	120g/300g
Speciality		
SP1	Plněná vepřová kotleta /šunka, sýr/ s cibulovou omáčkou, gratinované brambory [1,7,9]	180g/2dl/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, kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a kuřecím masem [1,7,9]	400g
D4	Řecký míchaný salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé, bezlepkové [7,9]	410g
Malé saláty		
S1	Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,9,10]	250g
Knedlíky		
K1	Kynutý knedlík (domácí celý) [1,3,7]	550g

Úterý - 12.7.2022

Polévky		
P1	Česnečka s uzeným masem a bramborem [9]	0,33l
P2	Zeleninová přesnídávková [1,7,9]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		
M1	Tzatziky okurkový [7,9]	150g
Hotová jídla		
H1	Moravský vřabec, kysané zelí, bramborový knedlík [1,3,9]	150g/250g/8ks
H2	Maďarský kuřecí perkelt, barevné těstoviny [1,7,9]	120g/3dl/300g
H3	Rybí filé zapečené s rajčetem a nivou, bramborová kaše - bezlepkové [3,4,7,9]	150g/300g
H4	Srbské zeleninové rizoto, strouhaný sýr, okurka - bezmasé, bezlepkové [7,9]	450g/0,5 ks
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	Plněná paprika krůtím masem, brambor, jogurtový dip - bezlepkové [3,7,9]	150g/200g/70g
Speciality		
SP1	Hovězí medailonky se zeleným pepřem, opečený brambor [1,7,9]	180g/2dl/250g
Saláty		
D1	Míchaný salát s tuňákem a vejcem, dresink - bezlepkové [3,4,7,9,10]	410g
D2	Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a kuřecím masem [1,7,9]	400g
D4	Řecký míchaný salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé, bezlepkové [7,9]	410g
Malé saláty		
S1	Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,9,10]	250g

Středa - 13.7.2022

Polévky		
P1	Kuřecí vývar s rýží [9]	0,33l
P2	Frankfurtská s párkem a bramborem [1,7]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		
M1	Řezy RAFFAELLO [1,3,7]	150g
Hotová jídla		
H1	Stěpánská hovězí pečeně, houskový knedlík [1,3,10]	150g/3dl/6ks
H2	Rábské kuřecí maso /cibule, rajčata, paprika/, dušená rýže [1,9]	120g/3dl/300g
H3	Hrachová kaše, klobása, cibulka, pečivo [1,9]	400g/1ks/3x0,5ks
H4	Dušená kapusta, vejce, brambor - bezmasé [1,3,9]	300g/1ks/250g
H5	Smažený kuřecí řízek, brambor vařený, tatarka [1,3,7,9,10]	120g/250g
H6	Těstovinový salát s kuřecími Gyros nudličkami, jogurtový dresink [1,3,7,9]	350g/100g/70g
Fit stravování		
F1	Fit kuřecí steak, bramborová kaše, zelný salát s paprikou a kukuřicí - bezlepkové [7,9]	120g/200g/100g
Speciality		
SP1	Nudličky z vepř. panenky se slaninou, cibulí a papričkami jalapeños, opečený brambor [1,9]	180g/2dl/250g
Saláty		
D1	Míchaný salát s tuňákem a vejcem, dresink - bezlepkové [3,4,7,9,10]	410g
D2	Míchaný zeleninový salát, šunka, sýr, vejce, kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a kuřecím masem [1,7,9]	400g
D4	Řecký míchaný salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé, bezlepkové [7,9]	410g
Malé saláty		
S1	Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,9,10]	250g
Knedlíky		
K1	Kynutý knedlík (domácí celý) [1,3,7]	550g

Čtvrtek - 14.7.2022

Polévky		
P1	Hovězí vývar s játrovou rýží a nudlemi [1,3,9]	0,33l
P2	Šumavská bramboračka [1,3,9]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		

M1	Mexický salát [9]	150g
Hotová jídla		
H1	Hovězí svíčková na smetaně, houskový knedlík [1,3,7,9,10]	150g/3dl/6ks
H2	Farfalle s rajčatovou omáčkou, kuř.masem a bazalkou [1,3,9]	120g/3dl/300g
H3	Vepřová játra se slaninou a sušenými rajčaty, šťouch.brambor [1,9]	200g/2dl/250g
H4	Zapečené kapustičky se sýrem a vejcem, brambor vařený - bezmasé, bezlepkové [3,7,9]	350g/250g
H5	Domácí sekaná, bramborová kaše, okurka [1,3,7,9]	180g/300g/0,5ks
H6	Těstovinový salát italský (zelenina, kuř.maso, mozzarella, bazalka, šunka, rajče, jogurtový dresink) [1,3,7,9]	350g/100g/70g
Fit stravování		
F1	Fitness tilapie na bylinkách, zeleninové hranolky, jogurtový dip - bezlepkové [4,7,9]	400g
Speciality		
SP1	Krůtí steak s fazolkami a kukuřicí, šťouchaný brambor s cibulkou [1,9]	150g/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, kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a kuřecím masem [1,7,9]	400g
D4	Řecký míchaný salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé, bezlepkové [7,9]	410g
Malé saláty		
S1	Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,9,10]	250g
Knedlíky		
K1	Kynutý knedlík (domácí celý) [1,3,7]	550g

Pátek - 15.7.2022

Polévky		
P1	Krůtí vývar se zeleninou a nudlemi [1,9]	0,33l
P2	Cizrnová polévka s mrkví [7,9]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		
M1	Zelný salát s jablky [9]	150g
Hotová jídla		
H1	Plněné bramb.knedlíky uz.masem, špenát, cibulka [1,3,7,9]	300g/250g
H2	Cikánské těstoviny /hovězí maso, cikánská omáčka/ [1,9]	150g/3dl/300g
H3	Pečené kuřecí stehno na zelenině, dušená rýže [1,9]	280g/2,5dl/300g
H4	Špagety s boloňskou omáčkou z červené čočky, sýr - bezmasé [1,7,9]	250g/2,5dl/30g
H5	Smažený sýr, brambor vařený, tatarka - bezmasé [1,3,7,9,10]	120g/250g/70g
H6	Těstovinový salát s kuřecími nudličkami na medu, tzatziky dresink [1,3,7,9]	350g/100g/70g
Fit stravování		
F1	Pečené pštrosí vejce, salát Coleslaw /zelí, červená řepa, křen, jogurt/ - bezlepkové [3,7,9]	1 ks/250g
Speciality		
SP1	Dřevorubecká krkovice (slanina,cibule,žampióny), šťouchané brambory [1,9]	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, kuřecí maso - bezlepkové [3,7,9]	410g
D3	Zeleninový salát s kuskusem a kuřecím masem [1,7,9]	400g
D4	Řecký míchaný salát s olivami a nakládaným balkánem - bezmasé, bezlepkové [7,9]	410g
Malé saláty		
S1	Salát Cesar (ledový salát, kuřecí maso, parmazán, dresink, krutony, rajčátka, okurka) [1,3,4,7,9,10]	250g

* - 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

