



Jídelní lístek

Týden číslo: 12 (20.3.2023 - 24.3.2023)

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

Pondělí - 20.3.2023

Polévky		
P1	Jarní zeleninová polévka s vepřovým masem [9]	0,33l
P2	Staročeská bramboračka [1,3,7,9]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		
M1	Čalamáda [9]	150g
Hotová jídla		
H1	Hovězí pečeně v šípkové omáčce, houskový knedlík [1,3,9]	150g/3dl/6ks
H2	Krůtí maso na smetaně, těstoviny [1,3,7,9]	130g/2,5dl/300g
H3	Hrachová kaše, klobása, cibulka, pečivo [1,9]	400g/1ks/4x0,5ks
H4	Houbovo-zeleninové bulgur rizoto, strouhaný sýr, okurka - bezmasé [1,7,9]	400g/0,5ks
H5	Smažené kuřecí CORNY nugety, brambor, tatarská omáčka [1,3,7,9,10]	120g/250g/70g
H6	Zeleninový salát s kuřecími paličkami na medu, dresink - bezlepkové [7,9]	200g/3ks/70g
Fit stravování		
F1	Fitness trhané hovězí s brokolicí, jasmínová rýže - bezlepkové [6,9,11]	400g
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, 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 - 21.3.2023

Polévky		
P1	Hovězí vývar s nudlemi [1,9]	0,33l
P2	Hrstková polévka s uzeným masem [1,9]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		
M1	Zelný salát s červenou řepou, křenem a jogurtem [7,9]	150g
Hotová jídla		
H1	Dragounský marš /vepř.maso, cibule/, bramborový knedlík [1,3,9]	3dl/8ks
H2	Kuřecí ragú s pórkem, rýže [1,9]	120g/3dl/300g
H3	Jaternicový prejt, brambor, kysané zelí [1,9]	250g/250g/100g
H4	Listový špenát s cibulkou, vařené vejce, bramborové noky - bezmasé [1,3,7,9]	250g/2ks/250gg
H5	Smažené rybí filé, bramborová kaše, okurka [1,3,4,7]	150g/300g/0,5ks
H6	Těstovinový salát francouzský (čerst.zelenina, kuř.maso, sýr, šunka, jogurtový dresink) [1,3,7,9]	350g/100g/70g
Fit stravování		
F1	Pohankové rizoto s krůtím masem a zeleninou, sýr strouhaný, okurka - bezlepkové [7,9]	400g/30g/0,5 ks
Speciality		
SP1	Pečená krkovička na slanině, dušená baby karotka, farmářské brambory [1,9]	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, 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
K2	Bramborový knedlík (domácí celý) [1,3]	550g

Středa - 22.3.2023

Polévky		
P1	Kuřecí vývar s rýží [9]	0,33l
P2	Pórková s vejcem [1,3,9]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		
M1	Piškotové mramorové řezy s kokosem [1,3,7]	150g
Hotová jídla		
H1	Hovězí guláš Flamendr, houskový knedlík [1,3,9]	150g/3dl/6ks
H2	KUNG-PAO kuřecí, rýže [1,5,6,9]	120g/2,5dl/300g
H3	Vepřová játra po americku (anglická slanina, cibule, paprika), vařený brambor [1,9]	200g/2dl/250g
H4	Chilli s cuketou, cizrnou a červenými fazolemi, chléb - bezmasé [1,9]	450g/3ks
H5	Pečený karbanátek se sýrem, brambor, tatarská omáčka [1,3,7,9,10]	180g/250g/70g
H6	Těstovinový salát s kuřecími Gyros nudličkami, jogurtový dresink [1,3,7,9]	350g/100g/70g
Fit stravování		
F1	Indické kuře na kari, restované fazolky, arabský chléb [1,7,9,11]	400g
Speciality		
SP1	Kuřecí přírodní plátek s nivovo-smetanovu omáčkou, bramborové noky [1,3,7]	150g/2,5dl/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
Knedlíky		
K1	Kynutý knedlík (domácí celý) [1,3,7]	550g

Čtvrtek - 23.3.2023

Polévky

P1	Česnečka s uzeným masem a bramborem [9]	0,33l
P2	Dršťková [1]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		
M1	Okurkový salát se zálivkou [9]	150g
Hotová jídla		
H1	Hovězí svíčková na smetaně, houskový knedlík [1,3,7,9,10]	150g/3dl/6ks
H2	Vepřová směs po šenkýřsku, rýže [1,9]	150g/2,5dl/300g
H3	Kuřecí stehno pečené, zeleninová tarhoňa [1,3,9]	350g/2dl/300g
H4	Bramborové šišky s cukrem, mákem a máslem, kompot [1,3,7]	300g/50g/100g
H5	Smažené zeleninové karbanátky, bramborová kaše, okurka - bezmasé [1,3,7,9]	3 ks/300g/0,5ks
H6	Těstovinový salát indický (kuřecí maso, kukuřice, míchaná zelenina, kari dresink) [1,3,7,9]	350g/100g/70g
Fit stravování		
F1	Kuřecí přírodní plátek, gril. kukuřice, bramborovocelerové pyré - bezlepkové [7,9]	100g/1ks/250ks
Speciality		
SP1	Pečená vepřová BBQ žebra, křen, hořčice, beraní roh, chléb [1,9,10]	500g, 2ks
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 - 24.3.2023

Polévky		
P1	Asijská hovězí polévka [1,3,6,9]	0,33l
P2	Fazolková polévka s koprem /smetana, vejce, brambory/ [3,7,9]	0,33l
Dezert/salátek/ovoce		
M1	Hanácký salát [7,9]	150g
Hotová jídla		
H1	Moravský vrabec, kysané zelí, mix knedlík [1,3,9]	160g/250g/7ks
H2	Smetanová houbová omáčka, hovězí maso, těstoviny [1,3,7]	150g/3dl/300g
H3	Srbské hovězí rizoto, strouhaný sýr, okurka - bezlepkové [7,9]	450g/30g/1/2 ks
H4	Smažený sýr, brambor, tatarská omáčka - bezmasé [1,3,7,9,10]	120g/250g/70g
H5	Kuřecí prezidentský řízek /cibule, salám, sýr, vejce/, bramborová kaše [1,3,7,9]	130g/300g
H6	Těstovinový salát s kuřecími nudličkami na medu, tzatziky dresink [1,3,7,9]	350g/100g/70g
Fit stravování		
F1	Dušený hovězí plátek s mrkví a fazolkami, brambor - bezlepkové [9]	130g/100g/200g
Speciality		
SP1	Kuřecí špalíčky v medově-sójové marinádě se závorem, štouchaný brambor, Ranch dip [1,6,7,9,11]	250g/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
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 SO₂
- 13 VLČÍ BOB (LUPINA)**
a výrobky z něj
- 14 MĚKKÝŠI**
a výrobky z nich

