



Jídelní lístek

od 06.01.2025 do 10.01.2025

Pondělí

	Polévka	Polévka čočková (A: 01,01a,06,09,10,12)
6.1.	Oběd 1	Těstoviny carbonara, voda se sirupem (A: 01,03,07,12)

Úterý

	Polévka	Polévka rajská s těstovinou (A: 01,01a,03,07,10,12)
7.1.	Oběd 1	Vepřový plátek přírodní, dušená rýže, džus (A: 01,01a,03,05,06,07,10,11,12)
	Oběd 2	Květákové smaženky, brambory vařené, kompot, džus (A: 01,01a,03,05,06,07,11,12)

Středa

	Polévka	Polévka kmínová s vejcem (A: 01,01a,03,07,09,10,11,12)
8.1.	Oběd 1	Hovězí maso v mrkvi, brambory vařené, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,05,06,07,12)
	Oběd 2	Zapečené brambory se sýrem, kyselý okurek, černý čaj s citrónem (A: 01,03,05,06,07,11,12)

Čtvrtek

	Polévka	Polévka hráškový krém s krutony (A: 01,01a,03,07,09,10,12)
9.1.	Oběd 1	Maminčino kuře / kuř.stehno,těstoviny se žampiony/, zeleninový salát, džus (A: 01,03,05,06,07,09,10,12)
	Oběd 2	Těstovinový salát se sýrem a sušenými rajčaty, džus (A: 01,03,07,11,12)

Pátek

	Polévka	Vývar s těstovinou a zeleninou (A: 01,01a,03,07,09,10,12)
10.1.	Oběd 1	Hamburská pečeně, vícezrný knedlík, čaj ovocný (A: 01,01a,05,06,07,09,10,11,12)
	Oběd 2	Salát s čedarem a krutony 250g, čaj ovocný (A: 12)

Jídlo **obsahuje alergeny**. Jejich čísla jsou uvedena v závorce za názvem jídla.

Seznam alergenů:	01	Obiloviny obsahující lepek	07	Mléko
	01a	Obiloviny - pšenice	09	Celer
	03	Vejce	10	Hořčice
	05	Arašídý (podzemnice olejná)	11	Sezamová semena
	06	Sójové boby (sója)	12	Oxid siřičitý a siřičitany

Potraviny jsou určeny k okamžité spotřebě. Změna jídelníčku vyhrazena.
Odhlášky na strava.cz nebo jidelna@sportgym-ostava.cz (vždy do 10:00 hod. pro následující den).

Vytvořila: Z. Slezáková s kolektivem