



Jídelní lístek

od 27.01.2025 do 31.01.2025

Pondělí 27.1.	Polévka	Polévka zeleninová s jáhly (A: 01,09,10,12)
	Oběd 1	Mexické fazole, chléb, kyselý okurek, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,09,10,12)
	Oběd 2	Špenát dušený smetanový, gnocchi, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,12)
Úterý 28.1.	Polévka	Polévka kapustová s játrovými knedlíčky (A: 01,01a,03,07,12)
	Oběd 1	Kuře po Lačnovsku, dušená rýže, kompot, džus (A: 01,01a,03,05,06,07,09,10,12)
	Oběd 2	Kuře po Lačnovsku, zelenina dušená v páře, džus (A: 01,01a,03,05,06,07,09,10,12)
Středa 29.1.	Polévka	Pórkový krém s krutóny (A: 01,01a,03,07,09,10,12)
	Oběd 1	Rybí filé smažené, šťouchané brambory, čerstvá zelenina, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,03,04,05,06,07,11,12)
	Oběd 2	Guláš ze sójových kostek, jasmínová rýže, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,03,05,06,07,09,10,12)
Čtvrtek 30.1.	Polévka	Zeleninový boršč (A: 05,06,07,09,10,11,12)
	Oběd 1	Ovocné tvarohové knedlíky, ochucené mléko, čaj ovocný (A: 01,03,07,08,12)
	Oběd 2	Vepřový závitok se slaninou a sýrem, špece, čaj ovocný (A: 01,01a,03,05,06,07,12)
Pátek 31.1.	Oběd 1	P R Á Z D N I N Y

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

Seznam alergenů:	01	Obiloviny obsahující lepek	07	Mléko
	01a	Obiloviny - pšenice	08	Ořechy, mandle, pistácie
	03	Vejce	09	Celer
	04	Ryby	10	Hořčice
	05	Arašídny (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-ostrava.cz (vždy do 10:00 hod. pro následující den).

Vytvořila: Z. Slezáková s kolektivem