



## Jídelní lístek

od 03.03.2025 do 07.03.2025

<b>Pondělí</b> 3.3.	Polévka	Polévka z vaječné jíšky (A: 01,01a,03,09,10,11,12)
	Oběd 1	Čočka na kyselo, vejce vařené, chléb, kyselý okurek, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,10,12)
	Oběd 2	Sýrový nákyp, brambory vařené, tatarská omáčka, voda se sirupem (A: 01,03,07,09,12)
<b>Úterý</b> 4.3.	Polévka	Brokolicev krém se smaženým hráškem (A: 01,01a,03,07,09,10,12)
	Oběd 1	Těstoviny carbonara, džus (A: 01,03,07,12)
	Oběd 2	Zeleninové krupoto s vepřovým masem, džus (A: 01,05,06,09,10,11,12)
<b>Středa</b> 5.3.	Polévka	Polévka zeleninová s jáhly (A: 01,09,10,12)
	Oběd 1	Ryba pečená s pórkem a kukuřicí, šťouchané brambory, kompot, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,03,04,05,06,07,09,11,12)
	Oběd 2	Zeleninový míchaný salát, treska na másle, dressing, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,04,07,11,12)
<b>Čtvrtek</b> 6.3.	Polévka	Polévka krupková jemná (A: 01,03,09,12)
	Oběd 1	Kuřecí kung - pao, dušená rýže, voda se sirupem (A: 01,03,05,06,07,09,10,12)
	Oběd 2	Pečené kuře, máslová zelenina, voda se sirupem (A: 01,03,05,06,07,09,10,12)
<b>Pátek</b> 7.3.	Polévka	Vývar s těstovinou a zeleninou (A: 01,01a,03,07,09,10,12)
	Oběd 1	Svíčková na smetaně, houskový knedlík, čaj ovocný (A: 01,01a,03,05,06,07,09,11,12)
	Oběd 2	Salát Nice 250g, čaj ovocný (konec objednávek 5.3.2025 v 10:00 hod.) (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
	04	Ryby	11	Sezamová semena
	05	Arašidy (podzemnice olejná)	12	Oxid siřičitý a siřičitany
	06	Sójové boby (sója)		

Potraviny jsou určeny k okamžité spotřebě. Změna jídelníčku vyhrazena.

Odhlášky na [strava.cz](http://strava.cz) nebo [jidelna@sportgym-ostrava.cz](mailto:jidelna@sportgym-ostrava.cz) (vždy do 10:00 hod. pro následující den).

Vytvořila: Z. Slezáková s kolektivem