



## Jídelní lístek

od 10.03.2025 do 14.03.2025

<b>Pondělí</b> 10.3.	Polévka	Polévka bramborová se žampióny (A: 01,09,10,12)
	Oběd 1	Chilli con carne, chléb, kyselý okurek, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,09,10,12)
	Oběd 2	Rýžové těstoviny se zeleninou, voda se sirupem (A: 01,03,05,06,07,12)
<b>Úterý</b> 11.3.	Polévka	Polévka česneková s bramborem (A: 01,09,10,12)
	Oběd 1	Vepřové maso v ajvarové omáčce, těstoviny, džus (A: 01,03,05,06,07,09,10,12)
	Oběd 2	Tortila se zeleninou, sýrem a čedarovou omáčkou, džus (A: 01,01a,03,05,06,07,12)
<b>Středa</b> 12.3.	Polévka	Polévka hráškový krém s fridátovými nudlemi (A: 01,01a,09,10,12)
	Oběd 1	Záhorácký závitok, brambory vařené, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,05,06,12)
	Oběd 2	Tilapie smažená, brambory vařené, zeleninový salát, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,03,04,05,06,07,11,12)
<b>Čtvrtek</b> 13.3.	Polévka	Polévka kapustová s játrovými knedlíčky (A: 01,01a,03,07,12)
	Oběd 1	Kuřecí špíz, špeclé, kompot, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,12)
	Oběd 2	Sojové maso se zeleninou, bulgur dušený, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,09,12)
<b>Pátek</b> 14.3.	Polévka	Polévka z hlívy ústřední (A: 01,01a,09,10,12)
	Oběd 1	Žemlovka s jablky a tvarohem, mléko, čaj ovocný (A: 01,03,07,12)
	Oběd 2	Špagety se sýrovou omáčkou, čaj ovocný (A: 01,01a,05,06,07,12)

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	Arašíd (podzemnice olejná)	12	Oxid siřičitý a siřičitany
	06	Sójové boby (soja)		

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