



OBĚDY

Jsme tu pro Vás.....

14. 3. 2016

-

18. 3. 2016

UNEX

MENU	Pondělí 14. 3. 2016			Úterý 15. 3. 2016			Středa 16. 3. 2016			Čtvrtek 17. 3. 2016			Pátek 18. 3. 2016		
Polévka	0,33l Slepíčí se zavářkou (1,3,9)			0,33l Cizmová (1)			0,33l Ruský boršč (1,9)			0,33l Žampionová (1,7)			0,33l Uzená s rýží a hráškem (9)		
Jídlo 1	Vepřová kýta polomská, houskový knedlík (1,3,7,9,10) jogurt			Kuřecí kung-pao, jasmínová rýže (1) moučník			Sekaný řízek na másle, bramborová kaše, salát z čínského zelí s rajčaty (1,3,7)			Vepřová kotleta špikovaná mrkví a okurkou, dušená rýže (1) moučník			Vepřové výpečky, špenát, bramborový knedlík (1,3,7) oplatek		
hmotnost (množství) maso/příloha/celkem	72g	200g	0	72g	200g	0	96g	300g	0	72g	200g	0	72g	250g	0
Jídlo 2	Pangasius - fileť po d'ábelsku, šťouchané brambory, kompot (1)			Smažený vepřový řízek, bramborový salát bez majonézy (1,3,7,10) moučník			Selský guláš, chléb (1) oplatek			Čočka na kyselo, klobása, chléb, okurek (1,3,7,10) moučník			Zapékané těstoviny s mletým masem, houbami a sýrem, míchaný zeleninový salát (1,3,7)		
hmotnost (množství) maso/příloha/celkem	72g	300g	0	140g	300g	0	72g	3 ks	420g	110g	200g	2 ks	0	0	420g
Jídlo 4	Rohový koláč (1,3,7) jogurt			Salát Nicoise (brambory, fazolové lusky, vejce, tuňák, olivy), pečivo (1,10) moučník			Smažené sýrové krokety, brambory vařené, tatarská omáčka (1,3,7,9,10) salát z čínského zelí			Kefírová buchta (1,3,7) ovoce			Jáhlová kaše sypaná perníkem a maštaná máslem (1,7) ovoce		
hmotnost (množství) maso/příloha/celkem	0	0	350g	0	3 ks	350g	120g	300g	0	0	0	350g	0	0	420g
Jídlo 5	Kuřecí nudličky na chilli papričkách s medem a kořenovou zeleninou, asijské nudle, římský salát (1,6)			Mix grill (směs vepřového a kuřecího masa), brambory vařené, lehký zeleninový salát (1)			Kuřecí kapsa se šunkou a sýrem, divoká rýže, salát z čínského zelí s rajčaty (1,7)			Beskydský hovězí závitok, brambory vařené, míchaný zeleninový salát (1,10)			1/2 grilovaného kuřete, velký zeleninový salát, chléb (1)		
hmotnost (množství) maso/příloha/celkem	96g	250g	0	96g	300g	0	105g	200g	0	105g	300g	0	280g	200g	3 ks

Dobrou chuť Vám přeje šéfkuchař Oldřich Šikula se svým týmem

Vysvětlivky:

hmotnost (množství) maso/příloha/celkem	maso v syrovém stavu	příloha po uvaření	hotový pokrm celkem
---	----------------------	--------------------	---------------------

Alergeny:

alergeny jsou níže uvedené potraviny nebo typ potravin a výrobky z nich

1 - obiloviny obsahující lepek; 2 - koryši; 3 - vejce; 4 - ryby; 5 - jádra podzemnice olejné; 6 - sojové boby; 7 - mléko; 8 - suché skořápkové plody (ořechy); 9 - celer; 10 - hořčice; 11 - sezamová semena; 12 - oxid siřičitý a siřičitany; vlní bob (lupina); 14 - měkkýši