**Jídelní lístek na týden pro obě jídelny (1, 2 – Májovka, 3, 4 – Vítkovice)**

Porce polévky 0,2 l, opečené krutony 10 g, porce masa za syrova, 80 g, stehno kuřecí s kostí z. s. 180 g, rybí filé z. s. 120 g, sekaná, karbanátek a smažený řízek z. s. 100 g, dušená zelenina 150 g, omáčka 150 g, šťáva 100 g, brambory 250 g, bramborová kaše 300 g, bramborový salát 300 g, rýže 210 g, houskový knedlík 160 g, těstoviny a bramborový knedlík 210 g, rizoto 300 g, sýr na posypání 40 g, zapečené těstoviny a zapečené brambory 350 g, čočka na kyselo, fazole na husto, hrachová kaše 300 g, pečivo 2 ks, halušky - přílohové 210 g, halušky jako hl. chod s brynzou nebo zelím 280g, guláš 200 g, žemlovka, plněné buchty 300 g, kynuté knedlík plněné 200 g, krupicová kaše 340 g, máslo na polití 12 g. Ztráty při tepelné úpravě příloh průměrně 15%, ztráty při tepelné úpravě, chladnutí a porcování masa průměrně 45%.

Součástí každého menu je voda a mléko. Mléko je alergen 7.

**Doba spotřeby**: oběd je určen k okamžité spotřebě.

OA = obsahuje alergeny.

**Pondělí Polévka: houbová. OA: 1, 7, 9.**

**25. 11. Hl. chod 1(3): rybí karbanátek, bramborová kaše, kompot. OA:1,3,4,7,12**

**Hl. chod 2(4): brokolice zapečená s hlívou ústřičnou, kompot. OA: 7**

**Úterý Polévka: drůbeží s nudlemi. OA: 1, 9.**

**26. 11. Hl. chod 1(3): špenátový bulgur s kuřecím masem, okurek.**

**OA:1, 7, 12.**

**Hl. chod 2(4): salát z bílých fazolek se šunkou a ředkvičkami, pečivo. OA: 1, 3, 6, 7, 11.**

**Středa Polévka: zeleninová s jáhly. OA:9**

**27. 11. Hl. chod 1(3): pečené vepřové, dušená mrkev, brambor. OA: 1, 7, 12.**

**Hl. chod 2(4): tyrolské brambory, kompot. OA: 1**

**Čtvrtek Polévka: pohanková se zeleninou. OA:6, 7, 9.**

**28. 11. Hl. chod 1(3): vepřové nudličky na houbách, těstoviny, zeleninový**

**salát. OA: 1.**

**Hl. chod 2(4): zeleninové rizoto sypané sýrem, zeleninový salát.**

**OA: 7, 9.**

**Pátek Polévka: vývar s kapáním. OA: 1, 3, 7, 9.**

**29. 11. Hl. chod 1(3): čočka na husto, párek, chléb, okurek. OA: 1, 10.**

**Hl. chod 2(4): cuketové karbanátky, brambor maštěný máslem, zeleninový**

**salát. OA:1, 7, 12.**

**Změna jídelníčku vyhrazena.**

**Personál školní jídelny Vám přeje dobrou chuť!!**

**Alergeny: 1 – lepek (pšenice = p, žito = ž, ječmen = j, oves = o), 2 – korýši, 3 – vejce, 4 – ryby, 5 – arašídy, 6 – sója + sójové boby, 7 – mléko, 8 – ořechy, 9 – celer, 10 – hořčice, 11 – sezam, 12 – siřičitany, 13 – vlčí bob, 14 – měkkýši.**