



Jídelní lístek

od 15.09.2025 do 19.09.2025

Pondělí 15.9.	Polévka	Polévka francouzská (A: 01,01a,03,07,09,10,12)
	Oběd 1	Fazolky na smetaně, vejce vařené, brambory vařené, voda se sirupem (A: 01,01a,03,07,12)
	Oběd 2	Kvěťákový karbanátek se sýrem, bramborová kaše, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,11,12)
Úterý 16.9.	Polévka	Polévka zeleninová s bramborem (A: 01,09,10,12)
	Oběd 1	Chili con carne, chléb, zelenina, džus (A: 01,03,06,07,10,12)
	Oběd 2	Listový salát FRESH, kuřecí křídla pečená, dressing, džus (A: 05,06,07,09,11,12)
Středa 17.9.	Polévka	Polévka dýňová se smetanou a krutóny (A: 01,03,05,06,07,12)
	Oběd 1	Rybí filé smažené, bramborový salát, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,03,04,05,06,07,09,10,11,12)
	Oběd 2	Rybí filé přírodní, zelenina dušená v páře, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,04,05,06,07,11,12)
Čtvrtek 18.9.	Polévka	Polévka kmínová s vejcem (A: 01,01a,03,07,09,10,11,12)
	Oběd 1	Kuře na smetaně, tarhoňa, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,09,10,12)
	Oběd 2	Salát z černé čočky se zeleninou a vejcem, pečivo, voda se sirupem (A: 01,03,05,06,07,09,12)
Pátek 19.9.	Polévka	Kuřecí polévka (A: 01,01a,03,07,09,10,12)
	Oběd 1	Moravský vrabec, dušený špenát, bramborový knedlík (A: 01,01a,03,05,06,07,11,12)
	Oběd 2	Bramborové šišky plněné mákem s cukrem a máslem, mléko, čaj ovocný (A: 01,07,12)

Jídlo **obsahuje alergen**. 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	Arašídý (podzemnice olejná)	12	Oxid siřičitý a siřičitany
	06	Sójové boby (soja)		

Potraviny jsou určeny k okamžité spotřebě. Změna jídelníčku vyhrazena.

Odhlášky na strava.cz nebo jideln@sportgym-ostrava.cz (vždy do 10:00 hod. pro následující den).

Vytvořila: Z. Slezáková s kolektivem