



Jídelní lístek

od 10.11.2025 do 14.11.2025

Pondělí 10.11.	Polévka	Polévka zeleninová s haluškami (A: 01,07,09,10,12)
	Oběd 1	Hrachová kaše s cibulkou, uzené maso vařené, kyselý okurek, chléb, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,12)
	Oběd 2	Omáčka křenová, brambory vařené, vejce vařené, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,12)
Úterý 11.11.	Polévka	Polévka dýňová se smetanou a krutóny (A: 01,03,05,06,07,12)
	Oběd 1	Hovězí maso a la španělský ptáček, dušená rýže, džus (A: 01,01a,03,05,06,07,10,12)
	Oběd 2	Krůtí játra na cibulce, bramborové placky, džus (A: 03,05,06,11,12)
Středa 12.11.	Polévka	Polévka z fazolových lusků (A: 01,01a,07,09,10,12)
	Oběd 1	Pečené kuře, šťouchané brambory, přesnídávka s piškoty, černý čaj s citrónem (A: 01,05,06,07,09,10,12)
	Oběd 2	Zeleninový salát s kousky pečené ryby, dresing, černý čaj s citrónem (A: 01,03,04,07,09,12)
Čtvrtek 13.11.	Polévka	Polévka jáhlová se zeleninou (A: 12)
	Oběd 1	Italský guláš, těstoviny, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,09,10,11,12)
	Oběd 2	Gratinované brambory se sýrem, míchaná zelenina dušená, voda se sirupem (A: 07,09,12)
Pátek 14.11.	Polévka	Polévka brokolicev krém (A: 01,01a,09,10,12)
	Oběd 1	Bramborové šišky plněné mákem, mléko, čaj ovocný (A: 01,07,12)
	Oběd 2	Zeleninové krupoto s kuřecím masem, čaj ovocný (A: 01,05,06,09,10,11,12)

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	Arašídý (podzemnice olejná)	12	Oxid siřičitý a siřičitany
	06	Sójové boby (sója)		

Potraviny jsou určeny k okamžité spotřebě. Změna jídelníčku vyhrazena.

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

Vytvořila: Z. Slezáková s kolektivem