

JÍDELNÍ LÍSTEK 08. 07. - 12. 07. 2024

PODĚLI	POLEVKA 1	POLEVKA 2	HLAVNÍ CHOD 1	HLAVNÍ CHOD 2	JÍME ZDRAVĚ	PIZZA, PASTA, GYROS	SPECIALITA	BUFET TEPLY	OBĚDOVÝ SALÁT
	Drůbeží vývar s masem a nudlemi	Čočková	Zapečené šunkofleky, kyselá okurka	Krakovošův kotlet, pečené brambory	Zapečené lilky v omáčce z pečených rajčat, grilovaný hermelín, listové saláty	Zapečená tortilla s kuřecím gyrosem, listové saláty s čerstvou zeleninou a balkánským sýrem, tzatziki	Králičí hřbet v parmské šunce, chřestové rizoto	Grilované rybi karbanátky s mořskou řasou	Restovaná karotka na másle
	1, 3, 9 0,33 l 257 kJ	1, 9 0,33 l 366 kJ	1, 3, 7 390 g 2761 kJ	1, 3, 9 120 g 2948 kJ	7, 9/ 390 g/ 516 kCal Bílkoviny: 16 g Tuky: 32 g Sacharidy: 46 g BLP VEG 159Kč/(*149 Kč)	1, 3, 7 390 g 2572 kJ	7, 9 140 g 2382 kJ	1, 3, 4, 7 Pažitkový brambor	7 BLP VEG
	29Kč/(*23 Kč)	VEG 39Kč/(*25 Kč)	119Kč/(*109 Kč)	139Kč/(*115 Kč)		159Kč/(*145 Kč)	BLP 169Kč/(*165 Kč)	BLP VEG	100 g za 38Kč/(*36 Kč)
ÚTERÝ	POLEVKA 1	POLEVKA 2	HLAVNÍ CHOD 1	HLAVNÍ CHOD 2	JÍME ZDRAVĚ	WOK PÁNEV	MINUTKA	BUFET TEPLY	OBĚDOVÝ SALÁT
	Zeleninový vývar se špenátovým kapáním	Kuřecí kari polevka s hráškem	Koprová omáčka s hovězím masem a vařeným vajíčkem, vařený brambor /houskový knedlík/	Grilovaná kuřecí prsa, penne s grilovanou zeleninou, bazalkovým pestem a parmezánem	Pečená dýně, tartar z červené řepy, grilovaný kozi sýr, rukola, šalotkový vinaigrette	Kuřecí kousky na zeleném kari s kokosovým mlékem a basmati rýží	Caesar salát s grilovanou vepřovou panenkou, parmezánem, slaninou a krutony	Filírovaná vepřová kotleta v hořčičné marinádě	Restované fazolky s česnekem
	1, 3, 7, 9 0,33 l 269 kJ	6, 7, 9, 11 0,33 l 305 kJ	1, 3, 7, 9 100 g 2663 kJ	1, 3, 7 120 g 2242 kJ	7, 8/ 390 g/ 452 kCal Bílkoviny: 18 g Tuky: 29 g Sacharidy: 37 g BLP VEG 159Kč/(*149 Kč)	3, 6, 9, 11 150 g 2394 kJ	1, 3, 4, 7, 10 390 g 1962 kJ	7 BLP Štuchané brambory s cibulkou a slaninou	7 BLP VEG Tarhoňa se zeleným chřestem
	VEG 29Kč/(*23 Kč)	BLP 39Kč/(*25 Kč)	125Kč/(*109 Kč)	129Kč/(*115 Kč)		BLP 145Kč/(*139 Kč)	159Kč/(*149 Kč)	BLP	1, 3, 7 VEG 100 g za 38Kč/(*36 Kč)
STŘEDA	POLEVKA 1	POLEVKA 2	HLAVNÍ CHOD 1	HLAVNÍ CHOD 2	JÍME ZDRAVĚ	PIZZA, PASTA, GYROS	MINUTKA	BUFET TEPLY	OBĚDOVÝ SALÁT
	Hovězí vývar s masem a těstovinovou rýží	Brokoliový krém	Sekaná svičková, houskový knedlík	Smažený kuřecí řízek plněný šunkou a sýrem, bramborová kaše	Placky z červené řepy s grilovanými paprikami, cuketou a lilkem, listové saláty, feta sýr, bylinkový jogurt	Zapečený pita chléb s trhaným vepřovým masem, listovým špenátem, sušenými rajčaty a mozzarellou, zeleninový salát, tzatziki	Filet nilského okouna, pyré z pečených rajčat, černá čočka	Jehněčí kebabčata	Mátový dresink
	1, 3, 9 0,33 l 257 kJ	1, 7, 9 0,33 l 456 kJ	1, 3, 7, 9, 10 150 g 2996 kJ	1, 3, 7 120 g 2726 kJ	1, 3, 7/ 390 g/ 616 kCal Bílkoviny: 29 g Tuky: 30 g Sacharidy: 62 g VEG 159Kč/(*149 Kč)	1, 3, 7 390 g 2377 kJ	4, 7 140 g 2122 kJ	1, 3, 7 Ratatouille zelenina, pečené brambory	7 BLP VEG
	29Kč/(*23 Kč)	VEG 39Kč/(*25 Kč)	119Kč/(*109 Kč)	139Kč/(*115 Kč)		159Kč/(*149 Kč)	BLP 169Kč/(*159 Kč)	BLP VEG	100 g za 38Kč/(*36 Kč)
ČTVRTEK	POLEVKA 1	POLEVKA 2	HLAVNÍ CHOD 1	HLAVNÍ CHOD 2	JÍME ZDRAVĚ	HLAVNÍ CHOD 4	SPECIALITA	BUFET TEPLY	OBĚDOVÝ SALÁT
	Drůbeží vývar s masem a bylinkovou sedlinou	Cizrnový krém	Kuřecí roláda s bylinkovou nádivkou, dušená karotka, vařený brambor	Dančí ragú na houbách, těstoviny /houskový knedlík/	Quinoa salát s cuketou, cizrnou a grilovanými veganskými nudličkami	Bramborové šišky s mákem, cukrem a švestkovými povidly	Hovězí steak, lanýžový demi glace, grilovaný chřest ve slanině, pečený brambor	Smažené kuřecí řízečky v parmezánové strouhance	Zapečený květák v syrovém bešamelu
	1, 3, 7, 9 0,33 l 345 kJ	7, 9 0,33 l 409 kJ	1, 3, 7, 9 100 g 2572 kJ	1, 3, 7, 9 120 g 2749 kJ	6, 7/ 390 g/ 436 kCal Bílkoviny: 22 g Tuky: 24 g Sacharidy: 35 g BLP VEG 149Kč/(*139 Kč)	1, 3, 7 390 g 2091 kJ	7, 9 150 g 3278 kJ	1, 3, 7 Pažitkové brambory, bylinkový dresink	1, 7 VEG
	29Kč/(*23 Kč)	BLP VEG 39Kč/(*25 Kč)	119Kč/(*109 Kč)	129Kč/(*115 Kč)		VEG 99Kč/(*95 Kč)	BLP 179Kč/(*169 Kč)	BLP VEG	100 g za 38Kč/(*36 Kč)
PÁTEK	POLEVKA 1	POLEVKA 2	HLAVNÍ CHOD 1	HLAVNÍ CHOD 2	JÍME ZDRAVĚ	PIZZA, PASTA, GYROS	MINUTKA	BUFET TEPLY	OBĚDOVÝ SALÁT
	Hovězí vývar s masem a rýží	Gulášová	Pečená uzená krkovička, halušky s kysaným zelím a opečenou cibulkou	Grilovaný stehenní steak, zeleninová tarhoňa, pesto z listové petržele	Grilované portobello žampiony plněné sýrem, listovým špenátem a uzeným tofu, červená čočka se zeleninou	Pizza se šunkou, rajčatovou salsou a mozzarellou, rukola	Krůtí SALTIMBOCCA, bramborové noky s restovanou zeleninou, parmezán	Pomalou dušené hovězí hruď	Smetanové brambory
	9 0,33 l 257 kJ	1, 9 0,33 l 448 kJ	1, 3, 9 100 g 3694 kJ	1, 3, 7, 9 120 g 2292 kJ	6, 7/ 390 g/ 560 kCal Bílkoviny: 25 g Tuky: 17 g Sacharidy: 77 g BLP VEG 159Kč/(*149 Kč)	1, 3, 7 32 cm kJ	1, 3, 7, 9 150 g 2345 kJ	1, 7, 9 Glazovaná zelenina a žampiony	7 BLP VEG
	BLP 29Kč/(*23 Kč)	39Kč/(*25 Kč)	119Kč/(*109 Kč)	129Kč/(*115 Kč)		149Kč/(*139 Kč)	169Kč/(*159 Kč)	BLP VEG	100 g za 38Kč/(*36 Kč)

Výdej obědů 10:45 až 13:30 hodin.

alergeny: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14 | množství l | gramů: g | energie: kJ

bonté
class

dobrá
kantýna
Premium
concept

* Cena pro zaměstnance ČSOB

BLP Bezlepkový pokrm**VEG** 100% vegetariánský pokrm