

# Jídelní lístek

**45. týden: 3. 11. - 9. 11. 2025**

**—HELAN**  
Dobrou chuť Vaší firmě

|                 |                   |                                                                                       |              |
|-----------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>Pondělí:</b> | Polévka:          | <b>Krupicová polévka s vejcem a zeleninou</b>                                         | 1,3,9        |
|                 | Hlavní jídlo:     | 1. Pečené kuřecí stehno s libečkem a česnekem, vařené brambory                        | 1            |
| <b>03.11.25</b> |                   | 2. Vepřová játra na slanině, dušená rýže                                              | 1            |
|                 |                   | 3. Asijské zeleninové nudle                                                           | 1,6          |
|                 |                   | 4. Uzená krkovička, staročeská lepenice (brambory, slanina, kysané zelí)              | 1            |
|                 |                   | 5. Květákový salát s těstovinami, pečivo                                              | 1,3,7,10     |
|                 |                   | 6. Obložené bagety 2 ks                                                               | 1,3,6,7,9,10 |
|                 | Minutka:          | 7. <b>150g Vepřový steak se sázeným vejcem, příloha dle výběru</b>                    | 3            |
|                 | Nízkosacharidová: | 8. <b>150 g Japonské kuře v teryaki omáče se sezamem, bulgur</b>                      | 1,6,11       |
| <b>Úterý:</b>   | Polévka:          | <b>Špenátový krém</b>                                                                 | 1,3,7        |
|                 | Hlavní jídlo:     | 1. Asijské masové kuličky, dušená rýže                                                | 1,6          |
| <b>04.11.25</b> |                   | 2. Čočka na kyselo, opečená klobása, sterilovaný okurek, chléb                        | 1,3          |
|                 |                   | 3. Alpský knedlík s vanilkovým krémem                                                 | 1,3,7        |
|                 |                   | 4. Pečená vepřová plec na kmíně, vařené brambory                                      | 1            |
|                 |                   | 5. Řecký salát s balkánským sýrem, pečivo                                             | 1,7          |
|                 |                   | 6. Obložené bagety 2 ks                                                               | 1,3,6,7,9,10 |
|                 | Minutka:          | 7. <b>150g Kuřecí Gordon bleu, příloha dle výběru</b>                                 | 1,3,7        |
|                 | Nízkosacharidová: | 8. <b>150g Vepřový plátek,bramborová kaše s mrkví, restovaná cibulka</b>              | 7            |
| <b>Středa:</b>  | Polévka:          | <b>Hovězí vývar s masem a těstovinou</b>                                              | 1,3,7,9      |
|                 | Hlavní jídlo:     | 1. Segedinský guláš, houskové knedlíky                                                | 1,3,7        |
| <b>05.11.25</b> |                   | 2. Smažený sýr, vařené brambory, tatarská omáčka                                      | 1,3,7,10     |
|                 |                   | 3. Těstoviny s drčenými rajčaty, olivami a sýrem                                      | 1,3,7        |
|                 |                   | 4. Domažlické vepřové ragů, dušená rýže                                               | 1,3,7        |
|                 |                   | 5. Těstovinový salát s grilovanými kuřecími kousky, pečivo                            | 1,3,7,10     |
|                 |                   | 6. Obložené bagety 2 ks                                                               | 1,3,6,7,9,10 |
|                 | Minutka:          | 7. <b>150g Filet z nilského okouna na másle, máslová zelenina, příloha dle výběru</b> | 1,4,7,9      |
|                 | Nízkosacharidová: | 8. <b>150g Krůtí plátek na rozmarýnu, zelenina s kuskusem</b>                         | 1            |
| <b>Čtvrtek:</b> | Polévka:          | <b>Jarní zeleninová polévka</b>                                                       | 1,7,9        |
|                 | Hlavní jídlo:     | 1. Pašerácká vepřová pečeně, vařené brambory                                          | 1            |
| <b>06.11.25</b> |                   | 2. Kuřecí rizoto s listovým špenátem a smetanou, sypané sýrem                         | 1,7          |
|                 |                   | 3. Nudle s tvarohem, kompot                                                           | 1,3,7        |
|                 |                   | 4. Vepřová kotleta na slanině, vařené těstoviny                                       | 1,3,7        |
|                 |                   | 5. Čočkový salát s čerstvou zeleninou, se zálivkou ze sušených rajčat, pečivo         | 1,7,8        |
|                 |                   | 6. Obložené bagety 2 ks                                                               | 1,3,6,7,9,10 |
|                 | Minutka:          | 7. <b>150g Steak z vepřové kotlety s mexickými fazolemi, příloha dle výběru</b>       | 1            |
|                 | Nízkosacharidová: | 8. <b>150g Kuřecí nudličky na másle a sezamu, dušený květák</b>                       | 7,11         |
| <b>Pátek:</b>   | Polévka:          | <b>Polévka ze žlutého hrachu s opečenou slaninou</b>                                  | 1            |
|                 | Hlavní jídlo:     | 1. Smažený kuřecí řízek, bramborová kaše                                              | 1,3,7        |
| <b>07.11.25</b> |                   | 2. Bramborový guláš s klobásou, chléb                                                 | 1            |
|                 |                   | 3. Houbové krémové rizoto, sypané sýrem, čalamáda                                     | 1,7          |
|                 |                   | 4. Krůtí kousky s kobásou a cibulí, vařené těstoviny                                  | 1            |
|                 |                   | 5. Fit salát s tvarohovou pěnou, pečivo                                               | 1,7          |
|                 |                   | 6. Obložené bagety 2 ks                                                               | 1,3,6,7,9,10 |
|                 | Minutka:          | 7. <b>150g Vepřový závitok se slaninou a hermelínem, příloha dle výběru</b>           | 1,7          |
|                 | Nízkosacharidová: | 8. <b>150g Pikantní kuřecí směs, pohanka</b>                                          | 7            |

Změna jídelního lístku vyhrazena

## Seznam alergenů:

1. **OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK** pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut nebo jejich hybridní odrůdy a výrobky z nich, 2. **KORÝŠÍ** a výrobky z nich, 3. **VEJCE** a výrobky z nich, 4. **RYBY** a výrobky z nich, 5. **PODZEMNICE OLEJINÁ (ARAŠÍDY)** a výrobky z nich, 6. **SŮJOVÉ BOBY (SŮJA)** a výrobky z nich, 7. **MLÉKO** a výrobky z něj, 8. **SKOŘÁPKOVÉ PLODY** mandle, lískové ořechy, vlašské ořechy, kešu ořechy, pekanové ořechy, para ořechy, pistácie, makadamie a výrobky z nich, 9. **CELER** a výrobky z něj, 10. **HOŘČICE** a výrobky z ní, 11. **SEZAMOVÁ SEMENA (SEZAM)** a výrobky z nich, 12. **OXID SÍRČITÝ A SÍRČITANY** v koncentracích vyšších 10mg, ml/kg, l, vyjádřeno SO<sub>2</sub>, 13. **VLČÍ BOB (LUPINA)** a výrobky z něj, 14. **MĚKKÝŠÍ** a výrobky z nich. SPECIFIKACE ZÁKUSKŮ JSOU K NAHLÉDNUTÍ VE VÝDEJNĚ.