

TÝDENNÍ MENU - DOBROU CHUŤ

Vám přeje kolektiv zaměstnanců ZELOS

Schvaluji: pplk.Ing. Petr Blecha

		Pondělí		Úterý		Středa		Čtvrtek		Pátek	
		14.01.2019		15.01.2019		16.01.2019		17.01.2019		18.01.2019	
	1	Jemné párky 200g, hořčice, pečivo 3 ks, čaj, cukrovinka		Masová pomazánka 200 g, pečivo 3 ks, čaj, zelenina		Míchaná vajíčka 200 g s uzeninou, pečivo 3 ks, čaj, zelenina		Tvarohové šátečky 3 ks, termix, 1 rohlík, bílá káva		Obložený talíř 200 g, máslo 2ks, zelenina	
POLÉVKA	1	Slepičí s drobením	1,3,7,9	Dršťková	1,7	Drůbeží s těstovinami a drožd'ovými knedlíčky	1,3,7,9	Hovězí s kapustou a rýží		Čočková s párky	1,6,9
POLÉVKA	2	Hrstková	1,9	Ovarová	1	Zelná s párky	1,7,9	Bramborová s houbami a zeleninou	1,7,9	Kmínová s vejci	1,3,7
MENU	1	Hovězí svíčková na smetaně, houskové knedlíky	1,3,7	Vepřové maso, dušená kapusta, brambory	1,7	Kuřecí plátek, těstoviny se špenátem a smetanou	1,3,7	Smažený salám v sýrovém těstíčku, brambory, tatarka	1,3,7,10	Maminčino kuře	1,3,7
gramáž		100/62 200		120/70 250		120/70 200		150/150* 250		240/160 200	
MENU	2	Smažený sekaný řízek se sýrem, brambory	1,3,7,9	Hovězí plátek znojemský, dušená rýže	1,9	Hovězí po makedonsku, těstoviny	1,3,7,9	Špagety speciál se sýrem	1,3,7	Štěpánská vepřová pečeně, dušená rýže	1,3
gramáž		120/120* 250		100/62 200		100/62 200		120/70 350		120/70 200	
MENU	3	Zeleninový salát s Balkánským sýrem, pečivo	1,7	Šišky s mákem, bílá káva	1,7	Sójové plátky na pórku, dušená rýže	1,6	Křenová omáčka, uzené maso, houskové knedlíky	1,3,7	Tortellini se sýrovou omáčkou	1,3,7
gramáž			350		350	150/130 200		100/100 200			350
MENU	4	Bramborový guláš, chléb	1,6	Bramborový guláš, chléb	1,6	Bramborový guláš, chléb	1,6	Bramborový guláš, chléb	1,6	Bramborový guláš, chléb	1,6
gramáž		70/50 350		70/50 350		70/50 350		70/50 350		70/50 350	
VÝBĚROVÉ JÍDLO	1	Hovězí plátek s Vysočinou a Mozzarellou, brambory, zeleninová obloha	1,7	Smažené tvarůžky, hranolky, zeleninová obloha	1,3,7	Kuřecí prsa ala Donald smažená v kukuřič.lup., brambory, zeleninová obloha	1,3,7,10	Kuřecí plátek Zelos, hranolky, zeleninová obloha	1,7	Medvědí tlapy, brambory, zeleninová obloha	1,3,7
gramáž		150/100 250		120/120* 200		150/100 250		150/100 200		150/150* 250	
VÝBĚROVÉ JÍDLO	2	Klubové medailonky, hranolky, zeleninová obloha	1,3	Pikantní vepřové nudličky, kuskus, zeleninová obloha	1	Vepřový plátek se šunkou a sýrem, hranolky, zeleninová obloha	1,3	Smažený losos, brambory, zeleninová obloha	1,3,4,7	Hovězí řezý "Opera", dušená rýže, zeleninová obloha	1,3,12
gramáž		150/100 200		150/100 200		150/100 200		150/150* 250		150/100 200	
DEZERT	1	Ovoce / moučník		Ovoce / moučník		Ovoce / moučník		Ovoce / moučník		Ovoce / moučník	
VEČEŘE	1	Studené		Studené		Studené		Studené		Studené	
gramáž											

gramáž masa přílohy HHP HHP= hmotnost hotového pokrmu

gramáž je uvedena po tepelné úpravě, u masa v syrovém stavu / po tepelné úpravě