

SOKOREST

SPŠ OSTROV

3.	Pondělí	Úterý	Středa	Čtvrtek	Pátek
26. týden	24. červen 2024	25. červen 2024	26. červen 2024	27. červen 2024	28. červen 2024
Polévka 1	Kmínová polévka s vejcem	Bramboračka s houbami	Pórková s uzeným sýrem	Slepičí s těstovinou	Brokolicový krém se šunkou
Hlavní jídlo 1	Hovězí filé na čerstvém česneku, štouchaný brambor 60g/100ml/250g	Kuřecí roláda se slaninou a špenátem, zeleninka na páře, brambory 120g/150g/250g	Pečená králičí kýta, červené a bílé zelí, karlovarský knedlík 120g/80g+80g/100ml/5 ks	Vepřový steak z krkovičky, dřábelská omáčka, vařený brambory 60g/100ml/ 30g /250g	Vepřové nudličky po sečuánsku jasmínová rýže 60g/150ml/180g
Hlavní jídlo 2	Kuřecí maso Kung - Pao kari rýže 50g/150ml/180g	Budějovická bašta (v. kýta, žampiony, protlak) houskový knedlík 60g/150ml/5 ks	Vepřový gulášek z plecka, těstoviny 60g/150ml/200g	Pikantní hovězí pánev (protlak, okurky, porek, feferony) dušená rýže 60g/150ml/200g	Pečené kuřecí stehýnko na medu, zelný salát, vařené brambory 180g/100g/250g
Hlavní jídlo 3	Pečené kuřecí stehýnko tarhoňa se zeleninou 120g/250g	Špagety po uhličku (slanina, vejce, sýr) sypané sýrem 300g/50g	Opečené brambory, ochucený tvaroh s bylinkami, mléko 300g/120g/2dcl	Bulgur se sojovým masem a zeleninou, sypané parmazánem 330g/20g	Zapečené těstoviny s mletým masem a květákem, okurka 350g/50g
Hlavní jídlo 4	Čerstvý zeleninový salát s vepřovými nudličkami 350g/1 dresink	Řecký ledový salát (sýr feta, olivy, rajče, okurka) 350g/1 dresink	Brokolicový s kuřecím masem a vejcem, dresink 350g/1 dresink	Těstovinový salát s lososem a baby mrkví 350g/1 ks dresing	Salát TROPIC s kuřecím masem a ovocem 350g/2 ks pečiva
Doplněk		ovoce		kompot	zeleninový salát

