

# SOKOREST

SPŠ OSTROV

<b>11.</b>	<b><i>Pondělí</i></b>	<b><i>Úterý</i></b>	<b><i>Středa</i></b>	<b><i>Čtvrtek</i></b>	<b><i>Pátek</i></b>
3.týden	<b>13. leden 2025</b>	<b>14. leden 2025</b>	<b>15. leden 2025</b>	<b>16. leden 2025</b>	<b>17. leden 2025</b>
<b><i>Polévka 1</i></b>	Česnečka s vejcem a krutony z chleba	Jarní polévka	Hnědá polévka s praženou krupicí	Bramborová polévka	Hovězí polévka s játrovou rýží
<b><i>Hlavní jídlo 1</i></b>	Marinovaná krkovička lišková omáčka makaróny 100g/100ml/200g	Uzená krkovička, bílé hlávkové zelí, houskový knedlík 100g/150g/100ml/6 ks	Krůtí roláda hrášek s karotkou brambory 100g/150g/250g	Hamburská vepřová kýta (šunka, okurky, smetana, zelenina) houskový knedlík 100g/150ml/6ks	Dijonský smažený řízek bramborová kaše 100g/250g
<b><i>Hlavní jídlo 2</i></b>	Hovězí pečeně na pepři dušená rýže 100g/180g	Kari z mletého masa, (karotka, papriky, žampiony) dušená rýže 100g/150ml/200g	Přírodní vepřové medailonky na česneku, uzený sýr, jasmínová rýže 100g/150ml/20g/200g	Čevabčiči hořčice, kečup, cibule vařené brambory 100g/30g+30g+30g/250g	Bratislavská vepřová (hrášek, mrkev, okurky, protlak) plec, rýže 100g/150ml/200g
<b><i>Hlavní jídlo 3</i></b>	Rybí fié zapečené s brokolicí a bazalkou brambory 100g/250g	Uzené tofu, zeleninový bulgur, pečená řepa 100g/250g/100g	Žemlovka se skořicí a jablky a bílkovým sněhem 420g	Těstoviny s lososem, brokolicí, sypané parmazánem 350g/30g	Hrachová kaše <b>1 ks vařené vejce,</b> okurka, chléb 300g/2ks/50g/1kr.
<b><i>Hlavní jídlo 4</i></b>	Francouzský bramborový salát s kuřecím masem 350g	Ledový salát s tuňákem a olivami 300g/1 ks dresing	Zeleninový salát se šunkou a sýrem 350g/1 ks dresing	Směs listových salátů s lososem 350g/1 ks dresing	Salát Ceasar s kuřecím masem 350g/1 ks dresing
<b><i>Doplňek</i></b>		<b>KOMPOT</b>	<b>OVOCE</b>	<b>TVAROH</b>	

Změna jídelního lístku je vyhrazena-přílohy jsou volitelné.

VÁHY MASA JSOU UVEDENY V SYROVÉM STAVU