

# Jídelní lístek - R.H.J. Úhřetice (01.12.2025 - 05.12.2025)

## Pondělí 01.12.2025

### Polévka: Kapustová s bramborami

složení: kapusta 100 g, brambory 80 g, cibule 30 g, česnek 5 g, mrkev 40 g, hladká pšeničná mouka 10 g, rostlinný olej 10 g, kmín 1 g, majoránka 1 g, sůl 2 g, pepř 0,5 g, zeleninový vývar 250 ml. Alergeny: 1 (lepek - pšenice). (1)

### 1. 120g Vepřová pečeně na hříbkách, dušená rýže

složení: (vepřová pečeně 120 g, sušené nebo čerstvé hříbky 30 g, cibule 20 g, česnek 2 g, hladká mouka 5 g [alergen 1], máslo 5 g [alergen 7], vývar, sůl, pepř, kmín), dušená rýže (rýže 150 g, sůl, řepkový olej 5 g); Alergeny: 1, 7. (1,7)

### 2. 120g Kuřecí maso na paprice, kolínka

složení: kuřecí maso (stehenní řízek) 120 g, cibule 40 g, sladká paprika mletá 2 g, rajčatový protlak 10 g, hladká pšeničná mouka 10 g, smetana ke šlehání 30 ml, rostlinný olej 10 g, sůl 2 g, pepř 0,5 g, voda nebo vývar 150 ml, těstoviny kolínka (pšeničné) 150 g. Alergeny: 1 (lepek - pšenice), 7 (mléko). (1,7)

### 3. 120g Zapečené rybí filé s restovanou zeleninou a sýrem, štouchané brambory

složení: rybí filé (např. treska) 120 g, směs zeleniny (mrkev, hrášek, kukuřice) 80 g, cibule 30 g, rostlinný olej 10 g, tvrdý sýr (eidam) 30 g, vejce 1 ks (cca 50 g), hladká pšeničná mouka 10 g, sůl 2 g, pepř 0,5 g, máslo 10 g, mléko 50 ml, brambory 200 g. Alergeny: 1 (lepek - pšenice), 3 (vejce), 4 (ryby), 7 (mléko). (1,3,4,7)

### 4. 400g Řecký kuskusový salát s balkánským sýrem, kuřecím masem, krutóny a bylinkovým pestem

složení: kuskus (80 g), kuřecí maso (60 g), balkánský sýr (40 g), rajčata cherry (40 g), okurka (40 g), paprika (30 g), olivy (10 g), krutóny (pečivo - pšeničná mouka, droždí, sůl, voda, olej - 20 g), bylinkové pesto (olej, bazalka, česnek, sýr, semínka/slunečnice) (1, 7, 8) (1,7,8)

### 5. 120g Kuřecí maso s teriyaki omáčkou (dakgangjeong), basmati rýže

složení: kuřecí maso (120 g), kukuřičný škrob (10 g), sůl, pepř, olej na smažení; teriyaki omáčka (sojová omáčka 20 g, cukr 10 g, rýžový ocet, česnek, zázvor, sezamový olej, škrob na zahuštění); basmati rýže (150 g), voda, mouka, vejce, zázvor, rýžové víno, sůl. Alergeny: 1, 3, 6, 11. (1,3,6,11)

## Úterý 02.12.2025

### Polévka: Hrachová polévka

složení: sušený žlutý hrách 80 g, brambory 50 g, cibule 30 g, česnek 5 g, hladká pšeničná mouka 10 g, rostlinný olej 10 g, majoránka 1 g, pepř 0,5 g, sůl 2 g, voda nebo zeleninový vývar 300 ml. Alergeny: 1 (lepek - pšenice). (1)

### 1. 120g Uzené výpečky, dušený špenát, bramborové špalíčky

složení: Uzené výpečky: uzené vepřové maso (např. plec) 120 g, česnek 5 g, sádlo nebo olej 10 g, kmín 1 g, pepř 0,5 g, sůl 2 g. Dušený špenát: listový špenát (čerstvý nebo mražený) 150 g, cibule 30 g, česnek 5 g, máslo 10 g, hladká pšeničná mouka 10 g, sůl 1 g, pepř 0,5 g. Bramborové špalíčky: vařené brambory 200 g, hrubá pšeničná mouka 40 g, vejce 1 ks (cca 50 g), sůl 1 g. Alergeny: 1 (lepek - pšenice), 3 (vejce). (1,3,7)

### 2. 350g Špagety carbonara s anglickou slaninou a vajíčkem, sypané sýrem

složení: 250 g těstoviny / 50 g slanina / 20 g vejce / 30 g sýr: špagety (pšeničná mouka 100 g, voda 150 g), anglická slanina (50 g), vejce (20 g), smetana ke šlehání (30 g - volitelně dle varianty), tvrdý sýr (sýr Grand Moravia - 30 g), česnek (5 g), olivový olej, sůl, pepř, kudrnka, Alergeny: 1, 3, 7. (1,3,7)

### 3. 120g Vepřové maso na kmíně, dušená mrkev, vařené brambory

složení: vepřové maso (např. plec) 120 g, cibule 30 g, česnek 5 g, kmín 1 g, hladká pšeničná mouka 10 g, sádlo nebo olej 10 g, sůl 2 g, pepř 0,5 g, voda nebo vývar 150 ml. Dušená mrkev: mrkev 150 g, máslo 10 g, cukr 5 g, citronová šťáva 5 ml, sůl 1 g, voda dle potřeby. Vařené brambory: brambory 200 g, sůl 1 g. Alergeny: 1 (lepek - pšenice), 7 (mléko). (1,7)

### 4. 400g Salát Coleslaw s kuřecím masem a opečeným toustem

složení: bílé hlávkové zelí 100 g, mrkev 40 g, celer 40 g, majonéza 30 g, bílý jogurt 30 g, citronová šťáva 5 ml, cukr 5 g, sůl 1 g, pepř 0,5 g. Kuřecí maso: kuřecí prsa 80 g, sůl 1 g, pepř 0,5 g, olej 10 g. Opečený toast: toastový chléb (pšeničný) 1 plátek (cca 60 g), máslo nebo olej na opečení 5 g. Alergeny: 1 (lepek - pšenice), 3 (vejce), 7 (mléko), 9 (celér) (1,3,7,9)

### 5. 350g Císařský trhanec s ovocným přelivem

složení: polohrubá mouka pšeničná 80 g, vejce 2 ks (110 g), mléko 100 ml, cukr krupice 20 g, vanilkový cukr 5 g, máslo 20 g, sůl špetka, ovocný přeliv (ovoce 100 g - jahody, borůvky, maliny, ostružiny; cukr 10 g); (1,3,7)

## Středa 03.12.2025

### Polévka: Kuřecí polévka s nudlemi

složení: kuřecí maso (40 g), kořenová zelenina (mrkev, celer, petržel - 60 g), cibule (10 g), nudle vaječné (30 g), vývar (300 ml), sůl, pepř, petrželka (1, 3, 9) (1,3,9)

### 1. 120g Rozlétaný ptáček z vepřového masa, houskové knedlíky

složení: vepřové maso (např. kýta) 120 g, cibule 40 g, sterilovaná okurka 20 g, vařené vejce 1/2 ks (cca 25 g), uzenina (např. klobása) 20 g, hořčice 10 g, hladká pšeničná mouka 10 g, olej 10 g, sůl 2 g, pepř 0,5 g, slanina nebo špek 20 g, voda nebo vývar 150 ml. Houskové knedlíky: pšeničná mouka hrubá 80 g, mléko 50 ml, vejce 1 ks (cca 50 g), droždí 10 g, sůl 1 g, housky (pšeničné pečivo) 40 g. Alergeny: 1 (lepek - pšenice), 3 (vejce), 7 (mléko), 10 (hořčice). (1,3,7,10)

### 2. 350g Zapečené šunkové flíčky s vejci a sýrem, dýňový kompot

složení: těstoviny flíčky (pšeničné) 150 g, šunka 80 g, vejce 1 ks (cca 50 g), mléko 50 ml, tvrdý sýr (např. eidam) 30 g, máslo nebo olej 10 g, sůl 1 g, pepř 0,5 g, Kudrnka 20 g. Dýňový kompot: dýně 100 g, cukr 20 g, voda 100 ml, kyselina citronová nebo citronová šťáva 5 ml, hřebíček a skořice dle chuti. Alergeny: 1 (lepek - pšenice), 3 (vejce), 7 (mléko). (1,3,7)

### 3. 120g Smažené kuřecí a vepřové mini řízečky, bramborová kaše

složení: kuřecí prsa 60 g, hladká pšeničná mouka 10 g, vejce 1/2 ks (cca 25 g), strouhanka 20 g, sůl 1 g, pepř 0,5 g, olej na smažení (na porci cca 15 g). Smažené vepřové řízečky: vepřová kýta 60 g, hladká pšeničná mouka 10 g, vejce 1/2 ks (cca 25 g), strouhanka 20 g, sůl 1 g, pepř 0,5 g, olej na smažení (na porci cca 15 g). Vařené brambory: brambory 200 g, sůl 1 g, máslo 5 g nebo olej, mléko, smetana 50 ml. Alergeny: 1 (lepek - pšenice), 3 (vejce). (1,3)

### 4. 350g Listový salát s grilovaným camembertem a vlašskými ořechy, medová zálivka

složení: směs listových salátů (80 g), camembert (60 g), vlašské ořechy (15 g), med (10 g), hořčice (5 g), citronová šťáva (5 g), olivový olej (10 g), sůl, pepř (7, 8, 10), římský salát, ledový salát, polníček, (7,8,10)

### 5. 100g Stoofvlees (belgické dušené hovězí maso na pivu), mačkané brambory

složení: hovězí maso (např. klížka) 100 g, cibule 50 g, česnek 5 g, hořčice 10 g, silné tmavé pivo (belgický typ) 150 ml, hovězí vývar 100 ml, plátek chleba (pšeničný) 20 g na zahuštění nebo hladká mouka, máslo nebo olej 10 g, bobkový list 1 ks, tymián 0,5 g, pepř 0,5 g, sůl 1 g, ocet 5 ml, cukr 5 g (nebo med dle chuti). Příloha (mačkané brambory): vařené brambory 200 g, suroviny: máslo - 40 g, mléko - cca 100 ml (nebo smetana), sůl volitelně: smažená cibulka, pažitka. Alergeny: 1 (lepek - pšenice), 10 (hořčice). (Poznámka: při použití nepasterizovaného piva nebo domácího chleba může být přítomen i alergen 3 - vejce nebo 7 - mléko, dle konkrétní receptury.) (1,3,7,10)

## Čtvrtek 04.12.2025

### Polévka: Staročeská česnečka s bramborami, slaninou a vajíčkem

složení: Česnek (10 g), brambory (120 g), cibule (30 g), anglická slanina (30 g) [může obsahovat 7], vejce (1 ks) [3], máslo nebo sádlo (10 g) [7], kmín, majoránka, sůl, pepř, voda nebo vývar (300 ml). Alergeny: 3, 7. (3,7)

### 1. 240g Babiččino kuře, přílohy s anglickou slaninou a hlívou ústřičnou

složení: složení (na 1 porci): kuřecí stehno 240 g, cibule 30 g, česnek 5 g, paprika sladká 2 g, kmín 1 g, sůl 1 g, pepř 0,5 g, hladká pšeničná mouka 10 g, rostlinný olej 10 g, voda nebo vývar 100 ml, těstoviny (pšeničné) 150 g, anglická slanina 40 g, hlíva ústřičná 60 g, máslo 10 g, petrželka 2 g. Alergeny: 1 (lepek – pšenice), 3 (vejce), 7 (mléko). (1,3,7)

### 2. 350g Kynuté knedlíky plněné borůvkami, sypané skořicovým cukrem

složení: polohrubá mouka pšeničná 120 g, mléko 60 ml, vejce 1 ks (55 g), droždí 10 g, cukr 10 g, máslo 10 g, sůl špetka, borůvky čerstvé/mražené 80 g, cukr krupice 10 g, skořice mletá 1 g, moučkový cukr 5 g; Alergeny: 1, 3, 7. (1,3,7)

### 3. 200g Grilované vepřové žebírko s teriyaki marinádou, selské brambory

složení: Grilované vepřové žebírko (200 g), teriyaki marináda (sójová omáčka – 20 g [6], med – 10 g, zázvor – 3 g, česnek – 3 g, sezamový olej – 5 g [11], citronová šťáva – 5 g), pepř. Selské brambory (200 g) – vařené a opečené se slupkou, s cibulí (30 g), bylinkami a olejem (10 g). Alergeny: 6, 11. (6,11)

### 4. 400g Greek bowl s kuřecím masem

složení: kuřecí maso 80 g, feta sýr 60 g, zelené olivy 20 g, zakysaná smetana 40 g, ledový salát 40 g, cherry rajčata 60 g, okurka 50 g, paprika 50 g, mrkev 30 g, sůl 1 g, pepř 0,5 g, sezamová semínka 5 g. Alergeny: 7 (mléko), 11 (sezamová semena). (7,11)

### 5. 120g Kachní prso s bramborovo-dýňovým pyré a švestkovou omáčkou

složení: Kachní prso s kůží (120 g), sůl, pepř, česnek (2 g), tymián; brambory (100 g), dýně Hokkaido (100 g), máslo (10 g) [7], smetana (30 g) [7], sůl, muškátový oříšek; švestková omáčka: švestková povidla (30 g), rum (20 ml) [12], cibule (20 g), vývar (50 ml), cukr (5 g), máslo (10 g) [7], skořice, škrob na zahuštění. Alergeny: 7, 12. (7,12)

## Pátek 05.12.2025

### Polévka: Harira marocká polévka s hovězím masem, čočkou a cizrnou

složení: hovězí maso (80 g), cizrna vařená (50 g), červená čočka (30 g), rajčata loupaná nebo protlak (50 g), cibule (30 g), řapíkatý celer (20 g) [9], česnek (5 g), hladká mouka (5 g) [11], olivový olej (10 g), koriandr čerstvý (3 g), petržel (3 g), kurkuma, římský kmín, zázvor, pepř, sůl, voda nebo vývar (300 ml), citronová šťáva (5 g). Alergeny: 1, 9 (1,9)

### 1. 100g Pikantní hovězí gulášek, bramboráčky

složení: hovězí přední 100 g, cibule 80 g, sádlo 15 g, rajčatový protlak 15 g, paprika mletá sladká 5 g, paprika mletá pálivá 1 g, česnek 3 g, hladká mouka pšeničná 10 g, kmín, majoránka, pepř, sůl, chilli, vývar hovězí 250 ml, bramboráčky 200 g (brambory 150 g, vejce 20 g, mouka hladká 25 g, česnek 3 g, majoránka, sůl, pepř, olej na smažení 20 g); (1,3)

### 2. 200g Chilli con carne z vepřového masa, basmati rýže

složení: složení (na 1 porci): vepřové mleté maso 120 g, cibule 40 g, česnek 5 g, rajčatový protlak 20 g, loupaná rajčata (krájená) 100 g, červené fazole sterilované 80 g, kukuřice sterilovaná 50 g, chilli koření 1 g, mletá paprika sladká 2 g, římský kmín 0,5 g, pepř 0,5 g, sůl 1 g, rostlinný olej 10 g, voda nebo vývar dle potřeby, basmati rýže 150 g. Alergeny: žádné (může obsahovat stopy 9 – celer, pokud je použit vývar). (9)

### 3. 150g Čevabčiči s cibulí a hořčicí, vařené brambory

složení: mleté hovězí a vepřové maso 150 g, cibule 30 g, česnek 5 g, paprika sladká mletá 5g, strouhanka 15 g, vejce 20 g, olej 10 g, koření – sůl, pepř, majoránka; cibule čerstvá 30 g, plnotučná hořčice 20 g; brambory 250 g, máslo 10 g – A: 01, 03, 10 (1a,3,7,10)

### 4. 400g Pho Tron – vietnamský salát s hovězím masem a rýžovými nudlemi

složení: Hovězí maso (80 g), rýžové nudle ploché (50 g), mrkev (30 g), okurka (30 g), salát římský nebo ledový (30 g), čerstvá máta (3 g), koriandr (3 g), limetková šťáva (8 g), zázvor (2 g), česnek (2 g), sójová omáčka (6 g) [6], rybí omáčka (4 g) [4], třtinový cukr (4 g), smažená šalotka (5 g), olej slunečnicový nebo sezamový (4 g) [11], sůl, pepř. Alergeny: 4, 6, 11. (4,6,11)

### 5. 200g Marinované kuřecí paličky na medu s anglickou slaninou, bylinkový kuskus

složení (na 1 porci): kuřecí paličky 2 ks (cca 200 g), anglická slanina 40 g, med 15 g, sójová omáčka 10 ml, česnek 5 g, sladká paprika 2 g, sůl 1 g, pepř 0,5 g, olej 10 g, kuskus (pšeničný) 100 g, máslo 10 g, petrželka 3 g, pažitka 2 g, citronová šťáva 5 ml, sůl 0,5 g, voda 150 ml. Alergeny: 1 (lepek – pšenice), 6 (sója), 7 (mléko). (1,6,7)

\* Změna jídelního lístku vyhrazena

změny objednávek: tel.736 226 700, od 5.00 do 13.30 h.

email: objednavky@rhj.cz