

PONDĚLÍ 8. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Zeleninový vývar s pohankou obsahuje alergen: 1a, 3, 9



Menu 1: Bratislavská vepřová plec, houskové knedlíky obsahuje alergen: 1a, 3, 7, 9

Menu 2: Trhanec s hruškami sypaný strouhaným tvarohem obsahuje alergen: 1a, 3, 7

Doplňěk: Šlehaný tvaroh s ovocem obsahuje alergen: 7

Nápoj: Mléko, voda s citronem obsahuje alergen: 7

ÚTERÝ 9. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Mrkvový krém obsahuje alergen: 7



Menu 1: Hrachová kaše s vařeným vejcem a smaženou cibulkou obsahuje alergen: 1a, 3, 7

Menu 2: Pečené kuřecí stehno na kmíně, grilovaná zelenina, vařené petrželkové brambory obsahuje alergen: 1a, 7, 9

Doplňěk: Variace listových salátů

Nápoj: Ovocný čaj, voda s citronem

STŘEDA 10. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Kuřecí vývar se zeleninou a jáhly obsahuje alergen: 1a, 3, 7, 9



Menu 1: Smažené rybí filé, bramborová kaše obsahuje alergen: 1a, 3, 4, 7

Menu 2: Míchaná tarhoňa s restovanou zeleninou a cizrnou na másle obsahuje alergen: 1a, 3, 7, 9

Doplňěk: Ledový salát s hráškem, kukuřicí a mátou

Nápoj: Ovocný čaj, voda s pomerančem

ČTVRTEK 11. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Dýňová krémová, z pečené dýně Hokkaido obsahuje alergen: 1a, 7, 9



Menu 1: Masové kuličky, opečené brambory, bylinkový dip ze zakysané smetany obsahuje alergen: 1a, 3, 7

Menu 2: Penne pomodoro s cherry rajčátky a bazalkovým pestem obsahuje alergen: 1a, 3, 7

Doplňěk: Ovoce

Nápoj: Ovocný čaj, voda s citronem a meduňkou

PÁTEK 12. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Hovězí vývar se zeleninou a drobením obsahuje alergen: 1a, 3, 9

JÍDELNÍ LÍSTEK od 8. 9. 2025 do 30. 9. 2025

Stránka č. 2



Menu 1: Zapečené špecle s vejci, špenátem a sýrem obsahuje alergen(y):1a,3,7

Menu 2: Hovězí maso na houbách, vařená rýže obsahuje alergen(y):1a,7

Doplňek: Variace listových salátů s čerstvou zeleninou

Nápoj: Ovocný čaj, voda s okurkou

PONDĚLÍ 15. 9. 2025

Oběd menu

**Polévka:** Gulášová obsahuje alergen:1a,9**Menu 1:** Bramborová musaka s mletým masem obsahuje alergen:1a,3,7**Menu 2:** Drůbeží játra na cibulce, vařená rýže obsahuje alergen:1a**Doplňek:** Míchaný zeleninový salát s balkánským sýrem obsahuje alergen:7**Nápoj:** Ovocný čaj, voda s citronem

ÚTERÝ 16. 9. 2025

Oběd menu

**Polévka:** Zeleninový vývar s bulgurem obsahuje alergen:1a,3,7,9**Menu 1:** Pečený krůtí plátek, zelenina ratatouille, (lilek, cuketa, papriky, červená cibule), šťouchané brambory obsahuje alergen:1a**Menu 2:** Ragú z barevné čočky, kuskus obsahuje alergen:1a,3**Doplňek:** Mix čerstvého krájeného ovoce**Nápoj:** Ovocný čaj, voda s pomerančem

STŘEDA 17. 9. 2025

Oběd menu

**Polévka:** Z míchaných luštěnin obsahuje alergen:1a,7**Menu 1:** Smažený kuřecí řízek, vařené petržilkové brambory obsahuje alergen:1a,3,7**Menu 2:** Pohanka s hráškem, fazolkami, kukuřicí a mrkví obsahuje alergen:1c**Doplňek:** Okurkový salát, čerstvá zelenina ve dvou druzích**Nápoj:** Ovocný čaj, voda s citronem a meduňkou

ČTVRTEK 18. 9. 2025

Oběd menu

**Polévka:** Hovězí vývar se zeleninou a kroupami obsahuje alergen:1a,3,7,9**Menu 1:** Vařené hovězí maso s koprovou omáčkou, houskové knedlíky obsahuje alergen:1a,3,7**Menu 2:** Cuketové lasagne obsahuje alergen:1a,3**Doplňek:** Jablko**Nápoj:** Ovocný čaj, voda s limetkou

PÁTEK 19. 9. 2025

Oběd menu

	Polévka:	Kvěťáková s pečenou cizrnou obsahuje alergeny:1a,3,7
	Menu 1:	Dukátové buchtičky s vanilkovým krémem obsahuje alergeny:1a,3,7
	Menu 2:	Vepřová pečeně špikovaná karotkou a řapíkatým celerem, šťouchané brambory s cibulkou obsahuje alergeny:1a,9
	Doplňek:	Bílý jogurt s lesním ovocem obsahuje alergeny:7
	Nápoj:	Kakao, voda s citronem a meduňkou obsahuje alergeny:7

PONDĚLÍ 22. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Ze žlutého hrachu obsahuje alergený:1a,7



Menu 1: Pečená tilapie na cibuli a tymiánu, bramborová kaše obsahuje alergený:1a,4,7

Menu 2: Cuketové placičky s máslovou zeleninou a jogurtovo-bylinkovým dipem obsahuje alergený:1a,3,7

Doplňek: Celerový salát s jablky a mrkví obsahuje alergený:9

Nápoj: Ovocný čaj, voda s citronem a mátou

ÚTERÝ 23. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Žampionový krém s pečenými krutony obsahuje alergený:1a,3,7



Menu 1: Vepřové maso na kmíně, vařené těstoviny obsahuje alergený:1a,3

Menu 2: Fazolové chilli cone carne, kuskus obsahuje alergený:1a

Doplňek: Švestky

Nápoj: Ovocný čaj, voda s limetkou

STŘEDA 24. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Zelňačka obsahuje alergený:1a,7,10



Menu 1: Kuřecí nudličky s pórkem, bylinkový bulgur obsahuje alergený:1a

Menu 2: Kynuté knedlíky se švestkami, máslo, moučkový cukr, mák obsahuje alergený:1a,3,7

Doplňek: Mléčná rýže obsahuje alergený:7

Nápoj: Mléko, voda s okurkou obsahuje alergený:7

ČTVRTEK 25. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Hovězí vývar s vaječným svítkem obsahuje alergený:1a,3,9



Menu 1: Hovězí guláš, vařené těstoviny obsahuje alergený:1a,3

Menu 2: Zapečené těstoviny s cuketou, lilkem, kukuřicí a paprikou obsahuje alergený:1a,3,7

Doplňek: Jablka

PÁTEK 26. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Drůbeží vývar a bylinkovými knedlíčky obsahuje alergený:1a,3,6,7,9



Menu 1: Sekaná pečeně, vařené brambory a petrželkou obsahuje alergený:1a,3,7

Menu 2: Špagety se smetanovou omáčkou a slaninou

Doplňěk: Šopský salát obsahuje alergený:7

Nápoj: Ovocný čaj, voda s grepem

PONDĚLÍ 29. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Zeleninový vývar s tarhoňou obsahuje alergen:1a,3,9



Menu 1: Kuře s cuketou, rajčaty, koriandrem, vařená rýže obsahuje alergen:1a,7

Menu 2: Smažený květák, vařené brambory, pažitkový dip obsahuje alergen:1,3,7

Doplňek: Ovocný salát s hruškami

Nápoj: Ovocný čaj, voda s pomerančem

ÚTERÝ 30. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Rybí krémová s karotkou obsahuje alergen:1a,4,7,9



Menu 1: Francouzské brambory, sterilovaná okurka obsahuje alergen:1a,3,7,10

Menu 2: Dušený lilek s rajčaty a mini mozzarellou, kuskus obsahuje alergen:1a,7

Doplňek: Mix čerstvé zeleniny ve dvou druzích

Nápoj: Ovocný čaj, voda s limetkou

Vypracoval vedoucí jídelny: Helena Černá

Provozovna: Školní jídelna ZŠ V Olšinách

Provozovatel: Školní jídelny Praha 10, příspěvková organizace, Kodaňská 658/16, Praha 10

Změna jídelního lístku vyhrazena, přejeme Vám dobrou chuť.

Seznam alergenů:1a Pšenice;1b Žito;1c Ječmen;1d Oves;1e Špalda;1f kamut;2 Koryši;3 Vejce;4 Ryby;5 Arašidy, podzemnice olejná;6 Sója, sójové boby;7 Mléko;8a Mandle;8b Liskové ořechy;8c Vlašské ořechy;8d Kešu ořechy;8e Pekanové ořechy;8f Para ořechy;8g Pistácie;8h Makadamie;9 Celer;10 Hořčice;11 Sezam,sezamové semena;12 Oxid siřičitý a siřičitany, E220, E221, E222, E224, E226, E227, E228;13 Vlíčí bob, lupina;14 Měkkýši;