

PONDĚLÍ 1. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Bramborová obsahuje alergenů:1a,9



Menu 1: Špagety s boloňskou omáčkou, sypané sýrem obsahuje alergenů:1a,3,7

Doplňěk: Mrkvový salát s jablkem

Nápoj: Voda s citrónem a mátou, ovocný čaj, mléko obsahuje alergenů:7

ÚTERÝ 2. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Hovězí vývar se zeleninou a pískem obsahuje alergenů:1a,3,9



Menu 1: Hovězí ragú s mrkví, rajčaty a hráškem, vařená rýže obsahuje alergenů:1a

Doplňěk: Plátek melounu

Nápoj: Voda s grepem, ovocný čaj

STŘEDA 3. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Zeleninový vývar s kuskusem obsahuje alergenů:1a,7,9



Menu 1: Kuře na paprice, houskové knedlíky obsahuje alergenů:1a,3,7

Doplňěk: Ovocný salát (pomeranče, jablka, hrušky)

Nápoj: Voda s citrónem a meduňkou, mléko obsahuje alergenů:7

ČTVRTEK 4. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Pórkový krém s pečenými krutóny obsahuje alergenů:1a,3,7



Menu 1: Vepřová pečeně, bramborové knedlíky, dušené červené zelí obsahuje alergenů:1a,3,7

Menu 2: Jáhlové rizoto s brokolicí, mrkví a kukuřicí, sypané sýrem obsahuje alergenů:7

Doplňěk: Bílý jogurt s ovocem a chia semínky obsahuje alergenů:7

Nápoj: Voda s plátky pomeranče, ovocný čaj

PÁTEK 5. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Cizrnová



Menu 1: Rybí karbanátky se sýrem, bramborová kaše obsahuje alergenů:1a,3,4,7

Menu 2: Těstoviny penné se smetanovo sýrovou omáčkou a listovým špenátem obsahuje alergenů:1a,3,7

Doplňěk: Salát z červené řepy

Nápoj:

Voda s limetkou a mátou, ovocný čaj, mléko obsahuje alergeny: 7

PONDĚLÍ 8. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Zeleninový vývar s pohankou obsahuje alergen: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: Ovocný jogurt obsahuje alergen:7

Nápoj: Voda s citrónem a mátou,mléko obsahuje alergen:7

ÚTERÝ 9. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Mrkvový krém obsahuje alergen:1a,7



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

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

Doplňěk: Mix čerstvé krájené zeleniny

Nápoj: Voda s citrónem,ovocný čaj

STŘEDA 10. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Kuřecí vývar se zeleninou a jáhly obsahuje alergen:1a,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 a kukuřicí

Nápoj: Voda s pomerančem,ovocný čaj,mléko obsahuje alergen:7

ČTVRTEK 11. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Dýňové pyré z pečené dýně Hokkaido obsahuje alergen:1a,7



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 sypané sýrem Gran Moravia obsahuje alergen:1a,3,7

Doplňěk: Ovoce

Nápoj: Voda s citrónem a meduňkou,ovocný čaj

PÁTEK 12. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Hovězí vývar se zeleninou a drobením obsahuje alergen:1a,3,7,9

JÍDELNÍ LÍSTEK od 1. 9. 2025 do 30. 9. 2025

Stránka č. 4



Menu 1: Zapečené špecle s vejci, špenátem a sýrem obsahuje alergený:1a,3,7

Menu 2: Hovězí maso na houbách, vařená rýže obsahuje alergený:1a

Doplňek: Variace listových salátů s čerstvou krájenou zeleninou

Nápoj: Voda s plátky okurky, ovocný čaj, mléko obsahuje alergený:7

PONDĚLÍ 15. 9. 2025

Oběd menu

**Polévka:** Gulášová obsahuje alergený:1a**Menu 1:** Bramborová musaka s mletým masem obsahuje alergený:1a,3,7**Menu 2:** Drůbeží játra na cibulce, vařená rýže obsahuje alergený:1a**Doplňěk:** Míchaný zeleninový salát s balkánským sýrem obsahuje alergený:7**Nápoj:** Vod s citrónem a zázvorem, ovocný čaj, mléko obsahuje alergený:7

ÚTERÝ 16. 9. 2025

Oběd menu

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

STŘEDA 17. 9. 2025

Oběd menu

**Polévka:** Z míchaných luštěnin**Menu 1:** Smažený kuřecí řízek, vařené petrželkové brambory, citrón obsahuje alergený:1a,3,7**Menu 2:** Pohanka míchaná se zeleninou (hrášek, fazolky, kukuřice a mrkev) obsahuje alergený:7**Doplňěk:** Okurkový salát**Nápoj:** Voda s citrónem a meduňkou, ovocný čaj, mléko obsahuje alergený:7

ČTVRTEK 18. 9. 2025

Oběd menu

**Polévka:** Hovězí vývar se zeleninou a kroupami obsahuje alergený:1c,7,9**Menu 1:** Vařené hovězí maso s koprovou omáčka, houskové knedlíky obsahuje alergený:1a,3,7**Menu 2:** Cuketové lasagne obsahuje alergený:1a,3,7**Nápoj:** Voda s limetkou a mátou, ovocný čaj

PÁTEK 19. 9. 2025

Oběd menu

**Polévka:** Květáková s pečenou cizrnou obsahuje alergený:1a,3,7



- Menu 1:** Dukátové buchtičky s vanilkovým krémem obsahuje alergený:1a,3,7
- Menu 2:** Špikovaná vepřová pečeně karotkou a řapíkatým celerem, bramborová kaše obsahuje alergený:1a,7,9
- Doplňek:** Bílý jogurt s lesním ovocem obsahuje alergený:7
- Nápoj:** Voda s citrónem a meduňkou,kakao obsahuje alergený:7

PONDĚLÍ 22. 9. 2025

Oběd menu



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



Menu 1: Pečená Tilápie na cibuli a tymiánu, opečené brambory obsahuje alergen:1a,4,7

Menu 2: Cuketové placky s máslovou zeleninou, jogurtovo- česnekový dip obsahuje alergen:1a,3,7,9

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

Nápoj: Voda s citrónem a mátou, ovocný čaj, mléko obsahuje alergen:7

ÚTERÝ 23. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Žampionový krém obsahuje alergen:1a,3,7



Menu 1: Dušené vepřové kostky na kmíně, vařená rýže obsahuje alergen:1a

Menu 2: Fazolové chilli con carne / mleté maso, fazole, rajčata /, kuskus obsahuje alergen:1a

Nápoj: Voda s limetkou a mátou, ovocný čaj

STŘEDA 24. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Zelňačka obsahuje alergen:1a,7



Menu 1: Kuřecí nudličky s pórkem, petrželkový bulgur obsahuje alergen:1a,3

Menu 2: Kynuté knedlíky se švestkami, máslem, moučkovým cukrem a mákem obsahuje alergen:1a,3,7,13

Doplňek: Ovoce

Nápoj: Voda s plátky okurky, ovocný čaj, kakao obsahuje alergen:7

ČTVRTEK 25. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Hovězí vývar s vaječným svítkem obsahuje alergen:1a,3,7,9



Menu 1: Hovězí guláš, houskové knedlíky obsahuje alergen:1a,3,7

Menu 2: Zapečené těstoviny s cuketou, kukuřicí a červenou paprikou obsahuje alergen:1a,3,7

Nápoj: Voda se zázvorem a citrónem, ovocný čaj

PÁTEK 26. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Drůbeží vývar s bylinkovými knedlíčky obsahuje alergen:1a,3,7,9



Menu 1: Sekaná pečeně, vařená brambory s pažitkou obsahuje alergen:1a,3,7

Menu 2: Špagety se smetanovou omáčkou a slaninou obsahuje alergen:1a,3,7

Doplňěk: Šopský salát

Nápoj: Voda s plátky grepu, ovocný čaj, mléko obsahuje alergeny: 7

PONDĚLÍ 29. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Zeleninový vývar s tarhoňou obsahuje alergený:1a,3,7,9



Menu 1: Kuřecí prsa s cuketou,rajčaty a koriandrem, vařená rýže obsahuje alergený:1a,7

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

Nápoj: Voda s plátky pomeranče,ovocný čaj,mléko obsahuje alergený:7

ÚTERÝ 30. 9. 2025

Oběd menu



Polévka: Krémová rybí polévka obsahuje alergený:1a,4,7,9



Menu 1: Francouzské brambory obsahuje alergený:3,7,10

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

Doplňěk: Mix krájené zeleniny

Nápoj: Voda s limetkou a mátou,ovocný čaj,mléko obsahuje alergený:7

Vypracoval vedoucí jídelny: Alena Nekolová

Provozovna: Školní jídelna ZŠ V Rybníčkách

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 Korýši;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;