

## PONDĚLÍ 30. 3. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Zeleninový vývar s vaječným svítkem (alergeny:1a,3,7,9)



**Menu 1:** Dušené vepřové kostky na kmíně, vařená rýže (alergeny:1a)

**Menu 2:** Palačinky s borůvkovým přelivem a tvarohem (alergeny:1a,3,7)

**Doplňek:** Jogurt s ovocem (alergeny:7)

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, ovocný čaj, mléko (alergeny:7)

## ÚTERÝ 31. 3. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Cizrnová s krutóny (alergeny:1a,9)



**Menu 1:** Pečené kuřecí stehno, velikonoční nádivka s medvědí česnekem, vařené brambory s petrželkou (alergeny:1a,3,7)

**Menu 2:** Tagliatelle s bazalkovým pestem, cherry rajčátky a parmazánem (alergeny:1a,7)

**Doplňek:** Ovoce

**Nápoj:** Voda s plátky grepu, ovocný čaj, mléko (alergeny:7)

## STŘEDA 1. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Hovězí vývar se zeleninou a nudličkami (alergeny:1a,3,7)



**Menu 1:** Vepřová pečeně na česneku, dušený listový špenát, bramborové knedlíky (alergeny:1a,3)

**Menu 2:** Trhanec s hruškami a tvarohem (alergeny:1a,3,7)

**Doplňek:** Ovoce, Velikonoční perníček (alergeny:1a)

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, ovocný čaj, mléko (alergeny:7)

## ÚTERÝ 7. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Rajčatová s čerstvou bazalkou (alergeny:1a,9)



**Menu 1:** Zapečené těstoviny s uzeným masem a vejci (alergeny:1a,3,7)

**Menu 2:** Bulgur s červenými fazolemi, kukuřicí, cuketou a balkánským sýrem (alergeny:1a,7)

**Doplňěk:** Samoobslužný zeleninový bufet

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## STŘEDA 8. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Z červené čočky se zeleninou (alergeny:9)



**Menu 1:** Pečená aljašská treska, restovaná kořenová zelenina, šťouchané brambory (alergeny:4,7,9)

**Menu 2:** Zeleninové rizoto sypané sýrem, sterilovaná okurka (alergeny:7)

**Doplňěk:** Ovoce

**Nápoj:** Voda s plátky pomeranče, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## ČTVRTEK 9. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Drůbeží vývar s kapáním (alergeny:1a,3,7,9)



**Menu 1:** Kuře na paprice, těstoviny (alergeny:1a,7)

**Menu 2:** Zapečená brokolice se sýrem a vejci, vařené brambory s petrželkou (alergeny:3,7)

**Doplňěk:** Ovocný jogurt s müsli (alergeny:1a,7)

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## PÁTEK 10. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Hovězí vývar se špaldovými noky (alergeny:1e,3,7,9)



**Menu 1:** Vepřový perkelt, halušky (alergeny:1a)

**Menu 2:** Těstoviny se smetanovou omáčkou, pažitkou a medvědí česnekem (alergeny:1a,7)

**Doplňěk:** Ovoce

**Nápoj:** Voda s citrónem a zázvorem, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## PONDĚLÍ 13. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Zelňačka (alergeny:1a,7)



**Menu 1:** Špagety s boloňskou omáčkou, sypané sýrem (alergeny:1a,7)

**Menu 2:** Bramborové šišky se strouhankou a máslem (alergeny:1a,7)

**Doplňek:** Šlehaný čokoládový tvaroh (alergeny:7)

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## ÚTERÝ 14. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Hovězí vývar se zeleninou a droždovými knedlíčky (alergeny:1a,3,7,9)



**Menu 1:** Vařené hovězí maso, koprová omáčka, houskové knedlíky (alergeny:1a,3,7)

**Menu 2:** Květákové placičky, vařené brambory s pažitkou, dip ze zakysané smetany (alergeny:1a,3,7)

**Doplňek:** Ovoce

**Nápoj:** Voda s plátky grepu, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## STŘEDA 15. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Hráškový krém s krutóny (alergeny:1a,7)



**Menu 1:** Přírodní kuřecí prsíčko se salátem z černé čočky Beluga (alergeny:1a)

**Menu 2:** Míchaná pohanka s hráškem, fazolkami, kukuřicí a mrkví (alergeny:7)

**Doplňek:** Ovoce

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## ČTVRTEK 16. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Zeleninový vývar s ovesnými vločkami (alergeny:1d,7,9)



**Menu 1:** Rybí karbanátky s jarní cibulkou, bramborová kaše (alergeny:1a,3,4,7)

**Menu 2:** Penne s rajčatovou omáčkou, bazalkou a sýrem (alergeny:1a,7,9)

**Doplňek:** Samoobslužný zeleninový bufet

**Nápoj:** Voda s limetkou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## PÁTEK 17. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Kukuřičná se smaženým hráškem (alergeny:1a,7)



- Menu 1:** Cizrnové curry s rajčaty, vařená rýže (alergeny:7)
- Menu 2:** Špikovaná vepřová pečeně karotkou a řapíkatým celerem, vařené brambory s petrželkou (alergeny:1a,9)
- Doplňek:** Samoobslužný zeleninový bufet
- Nápoj:** Voda s plátky okurky, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## PONDĚLÍ 20. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Česnečka (alergeny:9)



**Menu 1:** Tuňák s těstovinami farfalle, žampiony a smetanou (alergeny:1a,4,7)

**Menu 2:** Špecle se špenátem a sýrem (alergeny:1a,7)

**Doplňěk:** Samoobslužný zeleninový bufet

**Nápoj:** Voda s citrónem, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## ÚTERÝ 21. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Brokolicová (alergeny:1a,7)



**Menu 1:** Fazolové chilli con carne, kuskus (alergeny:1a)

**Menu 2:** Zapečené brambory s kuřecím masem s karotkou a cuketou (alergeny:3,7)

**Doplňěk:** Samoobslužný zeleninový bufet

**Nápoj:** Voda s plátky mandarinky, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## STŘEDA 22. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Hrachová (alergeny:9)



**Menu 1:** Debrecínský vepřový guláš, celozrnné těstoviny (alergeny:1a,7)

**Menu 2:** Zeleninové lečo s vejci, vařené brambory s jarní cibulkou (alergeny:3,7)

**Doplňěk:** Ovoce

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## ČTVRTEK 23. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Kuřecí vývar se zeleninou a jáhlami (alergeny:7,9)



**Menu 1:** Kuřecí prsa s cuketou, rajčaty a koriandrem, vařená rýže

**Menu 2:** Dukátové buchtičky s vanilkovým krémem (alergeny:1a,3,7)

**Doplňěk:** Ovocný jogurt (alergeny:7)

**Nápoj:** Voda s plátky pomeranče, kakao, ovocný čaj (alergeny:7)

## PÁTEK 24. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Hovězí vývar s játrovou zaváškou (alergeny:1a,3,7,9)



**Menu 1:** Hovězí svíčková na smetaně, houskové knedlíky (alergeny:1a,3,7,9,10)

**Menu 2:** Zeleninové kari z květáku, paprik a mrkve, jasmínová rýže (alergeny:7)

**Doplňek:** Ovoce

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## PONDĚLÍ 27. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Frankfurtská (alergeny:1a,7)



**Menu 1:** Pečená tilapie na másle, vařené brambory s pažitkou (alergeny:4,7)

**Menu 2:** Těstoviny s brokolicí ve smetanovo-sýrové omáčce (alergeny:1a,7)

**Doplňek:** Ovoce

**Nápoj:** Voda s plátky grepu, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## ÚTERÝ 28. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Zeleninový vývar s písmenky (alergeny:1a,7,9)



**Menu 1:** Vepřové výpečky, červené zelí, bramborové knedlíky (alergeny:1a)

**Menu 2:** Smažený květák, vařené brambory, pažitkový dip (alergeny:1a,3,7)

**Doplňek:** Ovoce

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## STŘEDA 29. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Fazolová (alergeny:9)



**Menu 1:** Pečené kuře, bramborová kaše (alergeny:1a,7)

**Menu 2:** Tarhoňa míchaná s restovanými rajčaty a paprikami, sypaná sýrem (alergeny:1a,7)

**Doplňek:** Samoobslužný zeleninový bufet

**Nápoj:** Voda s limetkou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

## ČTVRTEK 30. 4. 2026

### Oběd menu



**Polévka:** Kapustová z kotlíku „Baby Jagy“ (alergeny:1a)



**Menu 1:** Masové kuličky v rajské omáčce, těstoviny (alergeny:1a,3,7,9)

**Menu 2:** Palačinky paní čarodějnice s tvarohem a jahodovou omáčkou (alergeny:1a,3,7)

**Doplňek:** Šlehaný tvaroh s borůvkami (alergeny:7)

**Nápoj:** Voda s citrónem a mátou, mléko, ovocný čaj (alergeny:7)

Vypracoval vedoucí jídelny: Eva Ludvíková

Provozovna: Školní jídelna ZŠ Karla Čapka

**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&nbsp;3 Vejce&nbsp;4 Ryby&nbsp;5 Arašídy, podzemnice olejná&nbsp;6 Sója, sójové boby&nbsp;7 Mléko&nbsp;8a Mandle;8b Lískové ořechy;8c Vlašské ořechy;8d Kešu ořechy;8e Pekanové ořechy;8f Para ořechy;8g Pistácie;8h Makadamie&nbsp;9 Celer&nbsp;10 Hořčice&nbsp;11 Sezam,sezamové semena&nbsp;12 Oxid siřčitý a siřčitany, E220, E221, E222, E224, E226, E227, E228&nbsp;13 Vlčí bob, lupina&nbsp;14 Měkkýši&nbsp;