



Jídelní lístek

od 22.09.2025 do 26.09.2025

Pondělí 22.9.	Polévka	Polévka ovarová s kroupami (A: 01,09,10,11,12)
	Oběd 1	Hrachová kaše s cibulkou, uzené maso vařené, kyselý okurek, chléb, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,12)
	Oběd 2	Zapečená zelenina, šťouchané brambory, voda se sirupem (A: 01,03,07,09,12)
Úterý 23.9.	Polévka	Kulajda (A: 01,01a,03,07,09,10,11,12)
	Oběd 1	Kuřecí kung - pao, dušená rýže, džus (A: 01,03,05,06,07,10,11,12)
	Oběd 2	Tarhoňové rizoto se Sombbrero zeleninou a tofu, džus (A: 01,06,07,12)
Středa 24.9.	Polévka	Istrijská maneštra (A: 01,01a,09,12)
	Oběd 1	Špagety se sýrovou omáčkou, černý čaj s citrónem (A: 01,01a,05,06,07,12)
	Oběd 2	Zeleninový salát s kousky pečené ryby, černý čaj s citrónem (A: 04,07,09,12)
Čtvrtek 25.9.	Polévka	Polévka pórková s pohankou (A: 01,09,10,12)
	Oběd 1	Krůtí plátky s hořčicovou omáčkou, vařené brambory, voda se sirupem (A: 01,03,07,10,11,12)
	Oběd 2	Guláš z hlívy ústřičné, rýže tří barev, voda se sirupem (A: 01,01a,03,05,06,07,10,11,12)
Pátek 26.9.	Polévka	Polévka s rýží a hráškem (A: 01,03,07,09,10,12)
	Oběd 1	Segedínský guláš, vícesrzný knedlík, čaj ovocný (A: 01,01a,05,06,07,09,10,11,12)
	Oběd 2	Ravioli s tvarohovou náplní a čokoládovým posypem, mléko, čaj ovocný (A: 01,03,07,12)

Jídlo **obsahuje alergeny**. Jejich čísla jsou uvedena v závorce za názvem jídla.

Seznam alergenů:

01	Obiloviny obsahující lepek	07	Mléko
01a	Obiloviny - pšenice	09	Celer
03	Vejce	10	Hořčice
04	Ryby	11	Sezamová semena
05	Arašídý (podzemnice olejná)	12	Oxid siřičitý a siřičitany
06	Sójové boby (sója)		

Potraviny jsou určeny k okamžité spotřebě. Změna jídelníčku vyhrazena.

Odhlášky na strava.cz nebo jidelna@sportgym-ostrava.cz (vždy do 10:00 hod. pro následující den).

Vytvořila: Z. Slezáková s kolektivem