

JEDILNIK – ŠOLA : 16. 10. 2023 – 20. 10. 2023

	MALICA	KOSILO
PONEDELJEK, 16. 10.	makovka ^(1A) , kakav ⁽³⁾ , sadež	fižolova juha ^(1A) , slivovi cmoki s sadno omako ^(1A, 2, 3)
TOREK, 17. 10.	polbeli kruh ^(1A) , čokoladni namaz ⁽³⁾ , čaj, sadež	zelenjavna juha ^(1A) , pleskavica na žaru, ajvar, peteršiljev krompir, zeljna solata
SREDA, 18. 10.	nehomog. mleko ⁽³⁾ koruzni kosmiči ^(1A) , sadež	krompirjev golaž s hrenovko ^(1A) , črni kruh, sadež
ČETRTEK, 19. 10.	kajzarica ^(1A) , šunkarica, kisle kumarice, čaj	paradižnikova juha, puranji trakci v smetanovi omaki ^(1A, 3) , njoki ^(1A, 2, 3) , zelena solata s koruzo
PETEK, 20. 10.	koruzni kruh ^(1A) , zelenjavno-mesni namaz ^(2,3) , sadež, čaj	enolončnica – boranja z mesom ^(1A) , kruh ^(1A) , sladica ^(1A,2,3)

Pri kosilu in popoldanski malici je vedno na voljo napitek (sok, čaj) in kruh. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika (npr. zamenjave živil ipd.)

LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:

1 - žita, ki vsebujejo gluten (1A pšenica, 1B rž, 1C pira, 1D ječmen, 1E oves, 1F durum), 2 - jajca in proizvodi iz jajc, 3 - mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 4 - ribe in proizvodi iz rib, 5 - raki in proizvodi iz rakov, 6 - arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 7 - zrnje soje in proizvodi iz soje, 8 - oreški, 9 - listna zelena in proizvodi iz nje, 10 - gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11 - sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12 - žveplov dioksid ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂), 13 - volčji bob in proizvodi iz njega, 14 - mehkužci in proizvodi iz njih.

DOBER TEK!

Jasmina Povše,
organizatorica šolske prehrane

DIETNI JEDILNIK (mleko): 16. 10. 2023 – 20. 10. 2023

	MALICA	KOSILO
PONEDELJEK, 16. 10.	makovka ^(1A) , rižev napitek, sadež	fižolova juha ^(1A) , zrezek v naravni omaki, dušen riž, solata
TOREK, 17. 10.	polbeli kruh, kremni namaz z lešniki, kakavom in sojo ^(7, 8) , čaj, sadež	zelenjavna juha ^(1A) , pleskavica na žaru, ajvar, peteršiljev krompir, zeljna solata
SREDA, 18. 10.	ovseni napitek ^(1AE) , koruzni kosmiči ^(1A) , sadež	krompirjev golaž s hrenovko ^(1A) , črni kruh, sadež
ČETRTEK, 19. 10.	kajzarica ^(1A) , šunkarica, kisle kumarice, čaj	paradižnikova juha, puranji trakci v omaki na osnovi soje (Valsoia) ⁽⁷⁾ , testenine ^(1A) , zelena solata s koruzo
PETEK, 20. 10.	koruzni kruh ^(1A) , zelenjavno-mesni namaz, sadež, čaj	enolončnica – boranja z mesom ^(1A) , kruh ^(1A) , sladica ^(1A)

Pri kosilu in popoldanski malici je vedno na voljo napitek (sok, čaj) in kruh. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika (npr. zamenjave živil ipd.)

LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:

1 - žita, ki vsebujejo gluten (1A pšenica, 1B rž, 1C pira, 1D ječmen, 1E oves, 1F durum), 2 - jajca in proizvodi iz jajc, 3 - mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 4 - ribe in proizvodi iz rib, 5 - raki in proizvodi iz rakov, 6 - arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 7 - zrnje soje in proizvodi iz soje, 8 - oreški, 9 - listna zelena in proizvodi iz nje, 10 - gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11 - sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12 - žveplov dioksid ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂), 13 - volčji bob in proizvodi iz njega, 14 - mehkužci in proizvodi iz njih.

DOBER TEK!

Jasmina Povše,
organizatorica šolske prehrane

DIETNI JEDILNIK (gluten, mleko): 16. 10. 2023 – 20. 10. 2023

	MALICA	KOSILO
PONEDELJEK, 16. 10.	BG kruh, med, rižev napitek	fižolova juha, zrezek v naravni omaki, dušen riž, solata
TOREK, 17. 10.	BG kruh, kremni namaz z lešniki, kakavom in sojo ^(7, 8) , čaj, sadež	zelenjavna juha, pleskavica na žaru, ajvar, peteršiljev krompir, zeljna solata
SREDA, 18. 10.	rižev napitek, BG koruzni kosmiči, sadež	krompirjev golaž s hrenovko, BG kruh , sadež
ČETRTEK, 19. 10.	BG štručka, šunkarica, kisle kumarice, čaj 	paradižnikova juha, puranji trakci v omaki na osnovi soje (Valsoia) ⁽⁷⁾ , BG testenine zelena solata s koruzo
PETEK, 20. 10.	BG kruh, zelenjavno-mesni namaz, sadež, čaj	enolončnica – boranja z mesom, BG kruh, sladica

Pri kosilu in popoldanski malici je vedno na voljo napitek (sok, čaj) in kruh. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika (npr. zamenjave živil ipd.)

LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:

1 - žita, ki vsebujejo gluten (1A pšenica, 1B rž, 1C pira, 1D ječmen, 1E oves, 1F durum), 2 - jajca in proizvodi iz jajc, 3 - mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 4 - ribe in proizvodi iz rib, 5 - raki in proizvodi iz rakov, 6 - arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 7 - zrnje soje in proizvodi iz soje, 8 - oreški, 9 - listna zelena in proizvodi iz nje, 10 - gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11 - sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12 - žveplov dioksid ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂), 13 - volčji bob in proizvodi iz njega, 14 - mehkužci in proizvodi iz njih.

DOBER TEK!

Jasmina Povše,
organizatorica šolske prehrane

**JEDILNIK – SLADKORNA BOLEZEN: 16. 10. 2023 – 20. 10. 2023**

	ZAJTRK	KOSILO
PONEDELJEK, 16. 10.	polnozrnati kruh ^(1A, 8) - 60 g (30 OH) rezina sira, mleko – 2 dl (15 OH)	fižolova juha – 200 ml (12 OH), zrezek v naravni omaki, dušen rjavi neoluščen riž - 90 g (30 OH) solata
TOREK, 17. 10.	ajdov kruh z orehi ^(1A,8) – 80 g (40 OH), umešano jajce, čaj, sadež	zelenjavna juha ^(1A) – 200 ml (5 OH), pleskavica na žaru, ajvar, kuhan krompir – 200 g (30 OH), zeljna solata
SREDA, 18. 10.	navadni jogurt ⁽³⁾ – 2 dl (15 OH) ajdov kruh z orehi ^(1A) - 40 g (20 OH), manjše jabolko - (15 OH)	krompirjev golaž s hrenovko ^(1A) - 250 ml (30 OH), polnozrnati kruh ^(1A) – 40 g (20 OH)
ČETRTEK, 19. 10.	polnozrnati kruh ^(1A) – 80 g (40 OH), šunkarica, kisle kumarice, čaj	paradižnikova juha - 200 ml (12 OH), puranji trakci v smetanovi omaki ^(1A, 3) , polnozrnat testenine ^(1A) – 120 g (30 OH), zelena solata
PETEK, 20. 10.	ajdov kruh ^(1A) – 80 g (40 OH), zelenjavno-mesni namaz ^(2,3) , sadež, čaj	boranja z mesom ^(1A) – 250 g (30 OH) polnozrnati kruh ^(1A) – 40 g (20 OH)

Pri obroku je vedno na voljo napitek (sok/ čaj/ voda) in kruh. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika (npr. zamenjave živil ipd.)

LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:

1 - žita, ki vsebujejo gluten (1A pšenica, 1B rž, 1C pira, 1D ječmen, 1E oves, 1F durum), 2 - jajca in proizvodi iz jajc, 3 - mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 4 - ribe in proizvodi iz rib, 5 - raki in proizvodi iz rakov, 6 - arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 7 - zrnje soje in proizvodi iz soje, 8 - oreški, 9 - listna zelena in proizvodi iz nje, 10 - gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11 - sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12 - žveplov dioksid ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂), 13 - volčji bob in proizvodi iz njega, 14 - mehkužci in proizvodi iz njih.