

JEDILNIK – ŠOLA : 7. 10. 2024 – 11. 10. 2024

	MALICA	KOSILO
PONEDELJEK, 7. 10.	graham kruh ^(1A) , čokoladni namaz ⁽³⁾ , sadež, čaj	goveji golaž ^(1A) , polenta ^(1A) , sezonska solata
TOREK, 8. 10.	kokosov rogljiček ^(1A,8) , nehomogenizirano mleko ⁽³⁾ , sadež	goveja juha ^(1A, 2) , pečen svinjski hrbet v omaki, kruhov cmok, kitajsko zelje v solati
SREDA, 9. 10.	čokolino ⁽³⁾ , sadež	cvetačna juha ^(1A) , pečen file postrvi ⁽⁴⁾ slan krompir, endivja s fižolom
ČETRTEK, 10. 10.	polnozrnat kruh ^(1A) , zelenjavno-mesni namaz ⁽³⁾ , čaj	milijonska juha ^(1A,2) , piščančje krače, mlinci ^(1A,2) , radič s krompirjem
PETEK, 11. 10.	koruzna žemlja ^(1A, 7) , puranja prsa, paprika, čaj	enolončnica – boranja ^(1A) , kruh ^(1A) , 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!

Nika Novak,
vodja šolske prehrane

DIETNI JEDILNIK : 7. 10. 2024 – 11. 10. 2024

	MALICA (laktoza)	MALICA (gluten, laktoza)	KOSILO (laktoza)	KOSILO (gluten, laktoza)
PONEDELJEK, 7. 10.	graham kruh ^(1A) , kremni namaz z lešniki, kakavom in sojo ^(7, 8) , sadež, čaj	BG kruh, kremni namaz z lešniki, kakavom in sojo ^(7, 8) , sadež, čaj	goveji golaž ^(1A) , polenta ^(1A) , sezonska solata	goveji golaž, BG polenta, sezonska solata
TOREK, 8. 10.	kokosov rogljiček ^(1A,8) , mleko brez laktoze ⁽³⁾ , sadež	BG rogljiček, mleko brez lakt. ⁽³⁾ , sadež	goveja juha ^(1A) , pečen svinjski hrbet v omaki, polnozrnate testenine, kitajsko zelje v solati	goveja juha ^(1A) , pečen svinjski hrbet v omaki, BG testenine, kitajsko zelje v solati
SREDA, 9. 10.	ržena štručka ^(1A) , jogurt brez laktoze ⁽³⁾ , sadež	BG štručka, jogurt brez laktoze ⁽³⁾ , sadež	cvetačna juha ^(1A) , file postrvi ^(1A,4) , slan krompir, endivja s fižolom	cvetačna juha, file postrvi ⁽⁴⁾ slan krompir, endivja s fižolom
ČETRTEK, 10. 10.	polnozrnat kruh ^(1A) , zelenjavno-mesni namaz ⁽³⁾ , čaj	BG kruh, zelenjavno-mesni namaz ⁽³⁾ , čaj	korenčkova juha ^(1A) , piščančje krače, dušen riž, zeljna solata	korenčkova juha, piščančje krače, dušen riž, zeljna solata
PETEK, 11. 10.	koruzna štručka ^(1A, 7) , puranja prsa, paprika čaj	BG štručka, puranja prsa, paprika čaj	boranja ^(1A) , kruh ^(1A) , sladica	boranja, BG kruh, BG 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!

Nika Novak,
vodja šolske prehrane

JEDILNIK – SLADKORNA BOLEZEN: 7. 10. 2024 – 11. 10. 2024

	MALICA	KOSILO
PON., 7. 10.	graham kruh – 60 g (30 OH), lešnikov namaz brez sladkorja - 15 g (9 OH) čaj	goveji golaž ^(1A) - 200 ml (20 OH), polenta – 160 g (30 OH) zelenja solata
TOR., 8. 10.	graham kruh ^(1A) - 60 g (30 OH) rezina sira, zelenjava, mleko 1dcl (7 OH)	goveja juha ^(1A) – 200 ml (15 OH), pečen svinjski hrbet v omaki, polnozrnate testenine - 120 g (30 OH) kitajsko zelje v solati
SRE., 9. 10.	grški jogurt ⁽³⁾ – 2 dl (15 OH) črni (pšenični) kruh ^(1A) - 40 g (20 OH), suhe marelice 40 g (8 OH)-2 polovici marelice	cvetačna juha ^(1A) - 200 ml (5 OH), pečen file postrvi ⁽⁴⁾ , slan krompir – 200 g (30 OH), endivja s fižolom
ČET., 10. 10.	polnozrnati kruh ^(1A) - 60 g (30 OH), umešano jajce, čaj	milijonska juha ^(1A,2) – 200 ml (15 OH), piščančje krače, ajdova kaša - 120 g (30 OH), radičeva solata
PET., 11. 10.	črni (pšenični) kruh ^(1A) - 60 g (30 OH) puranja prsa, zelenjava, čaj	enolončnica - boranja ^(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.

Nika Novak
vodja šolske prehrane