

JEDILNIK MAREC 2023

	ZAJTRK	MALICA (sadje ali zelenjava)	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
SREDA 01.03.2023	Bela žitna kava, pletanka z rozinami suho sadje (1,7)(3,6,8,11)	Zeliščni čaj, štručka z zeliščnim maslom, jabolko (1,7)(3,6,8,11)	Cvetačna kremna juha, makaronovo meso , zelena solata (1,3,7,12)	Mandarina, sirova štručka (1,7)(3,6,8,11)
ČETRTEK 02.03.2023	Sadni čaj, koruzni kruh, domača marmelada (1)(3,6,7,8,11)	Mlečni bio kus kus, kakavov posip, banana (1,6,7)	Kostna juha z ribano kašo, svinjska pečenka(riba) bio ajdova kaša z zelenjavo, zeljna solata (1,3,9)	Bio 100% sok, hruška
BREZMESNI DAN PETEK 03.03.2023	Zeliščni čaj, ajdov rogljiček z orehi, sadje (1,8)(3,6,7,11)	Bio sadno zelenjavni kefir, polnozrnata štručka, pomaranča (1,7)(3,6,8,11)	Zelenjavna enolončnica z vodnimi žličniki (pirini), domači črni kruh, flancati, kompot (1,3,7,9)	Mlečni rogljiček (kvašeni), sadje (1,3,7)(6,8,11)

<p>PONEDELJEK 06.03.2029</p>	<p>Mleko, žita za zajtrk s sadjem brez dodanega sladkorja banana (1,7)(5,6,8,11)</p>	<p>Zeliščni čaj, graham kruh, kuhan pršut, kisle kumarice (1)(3,6,7,8,11)</p>	<p>Brokoli krem juha, piščančji paprikaš široki rezanci, kitajsko zelje v solati (1,3,9,12)</p>	<p>Pletenka pirina z jogurtom, jabolko (7)</p>
<p>TOREK 07.03.2021</p>	<p>Sadni multivitaminski napitek iz sirotke bio ovseni kruh, (1)</p>	<p>Sadni čaj, ovseni kruh, rezini mozzarelle, olive (1,7)(3,6,8,11)</p>	<p>Česnova krem juha s kruhovimi kockami, ocvrt ribji file** krompirjeva solata s porom, sadje (1,3,7,12)</p>	<p>Sadni kruh z dodatkom suhega sadja (1)(3,6,7,8,11)</p>

<p>SREDA 08.03.2023</p>	<p>Mleko, domači črni kruh, maslo, med (1,7)</p>	<p>Zeliščni čaj, pirin kruh, piščančja pašteta brez aditivov, sveže kumare (1)(3,6,8,9,11)</p>	<p>Bistra juha z zakuho pečenice, kislo zelje, zabeljen fižol (1,3,7)</p>	<p>Koruzna bombetka, sadje (1)(3,6,7,8,11)</p>
<p>ČETRTEK 09.03.2023</p>	<p>Zeliščni čaj, štručka-slanik (1)(3,6,7,8,11)</p>	<p>Mlečni riž, kakavov posip, banana (1,6,7)</p>	<p>Belušna krem juha, mesne kroglice v paradižnikovi omaki, pire krompir, zelena solata (1,3,7,12)</p>	<p>Skutin zavitek (1,7)</p>
<p>PETEK 10.03.2023</p>	<p>Sadni čaj, temna žemlja, zelenjavni namaz (1,7)(3,6,8,11)</p>	<p>Zeliščni čaj, polnozrnat kruh, piščančja Poli salama, rezini lahkega sira, kisle kumarice, (1,7)(3,6,8,11)</p>	<p>Telečja obara z vodnimi žličniki, koruzni kruh, vanilijev puding s sadnim prelivom (1,3,7,9)(3,6,8,11)</p>	<p>Slani krekerji (1)</p>
<p>PONEDELJEK 13.03.2023</p>	<p>Sadni jogurt brez dodanega sladkorja, koruzna bombetka (1,7)(3,6,8,11)</p>	<p>Zeliščni čaj, pirin kruh, domači mlečni namaz z zelišči, vložena paprika (1,7)(3,6,8,11)</p>	<p>Paradižnikova juha z zakuho, ocvrt piščančji zrezek**, dušen riž, zelena solata s koruzo (1,3,9,12)</p>	<p>Rogljiček s kaljenimi semeni (1)(3,6,7,8,11)</p>

<p>TOREK 14.03.2023</p>	<p>Zeliščni čaj, polnozrnati kruh, različni namazi (1,7)(3,6,8,11)</p>	<p>Kakav, makova štručka, sadje (1,7)(3,6,8,11)</p>	<p>Čebulna juha z zlatimi kroglicami, graham špageti, bolognese omaka, riban sir, zeljna solata z lečo (1,3,7,12)</p>	<p>Grisini s sezamom, korenček (1,11)</p>
<p>SREDA 15.03.2023</p>	<p>Zeliščni čaj, koruzni kruh, puranja salama(prsa), sadje (1)(3,6,8,11)</p>	<p>Sadni čaj, bio polbeli kruh, čokoladni namaz, sadje (1,6,7,8)(5)</p>	<p>Bistra juha z ribano kašo, dušena govedina v čebulni omaki, kruhovi cmoki, zelena solata (1,3,9,12)</p>	<p>Ajdov rogljiček z orehi (1,8)(3,6,11)</p>
<p>Brezmesni dan ČETRTEK 16.03.2023</p>	<p>Zeliščni čaj, rženi kruh, različni namazi (1,7)(3,6,8,11)</p>	<p>Naravni jogurt, fit štručka (5 vrst žit in 4 vrste semen) sadje (1,7,11)(3,6,8)</p>	<p>Ohrovtova juha z lečo, bio kruh z drožmi, marelični cmoki z drobtinami, domači kompot (1,3)</p>	<p>Keksi masleni polnozrnati, 100% sadno-zelenjavni sok (1,7)</p>

PETEK 17.03.2023	Sadni čaj, graham kruh, kisla smetana (1,7) (3,6,8,11)	Mlečni bio pšenični zdrob, kakavov posip, banana (1,6,7)	Gobova juha, puranja rižota z zelenjavo, zeljna solata s korenčkom (1,7,9,12)	Skutin zavitek (1,7)
PONEDELJEK 20.03.2023	Mleko. žita za zajtrk s temno čokolado in brez dodanega sladkorja, (1,7) (5,6,8,11)	Zeliščni čaj, domači črni kruh , maslo, med , jabolka (1,7)	Pohorski lonec, domači črni kruh , čokoladni biskvit z višnjami, kompot (1,3,7,9)	Bio sadni kefir, jabolko (7)
TOREK 21.03.2023	Kakav, makova pletenka, suho sadje (1,7) (3,6,8,11)	Sadni čaj, hot dog štručka, hrenovka, kečap/majoneza, pomaranča (1) (3,6,8,11)	Minjon juha, puranji zrezek v zelenjavni omaki, pire krompir , kitajsko zelje v solati s fižolom (1,3,7,9,12)	Štručka-slanik, korenček (1) (3,6,8,11)

SREDA 22.03.2023	Zeliščni čaj, sirova štručka (1,7)(3,6,8,11)	Sadni čaj, domači črni kruh , piščančja salama (prsa), vložene kumare (1)	Korenčkova juha, pečena piščančja krila, rizi bizi, kitajsko zelje v solati (1,12)	Sadno-zelenjavni napitek, koruzna bombetka (1)(3,6,8,11)
ČETRTEK 23.03.2023	Sadni čaj, ovsena bombetka z jogurtom, sadje (1,7)(3,6,8,11)	Mlečni bio koruzni zdrob, kakovov posip, banana (1,6,7)	Bistra juha z zakuho, pečena vratovina, pečen krompir , zelena solata (1,3,9,12)	Kvašeni rogljiček, sadje (1,7)
PETEK 24.03.2023	Žitna kava, pletanka s sezamom (1,6,7,11)(3,8)	Zeliščni čaj, pirin kruh, tunin namaz, olive (1,4,7)(3,6,8,11)	Goveja juha z rezanci, kuhana govedina, pire krompir , krem špinača (1,3,7)	Sadni multivitaminski napitek iz sirotke, sadje (7)
BREZMESNI DAN PONEDELJEK 27.03.2023	Zeliščni čaj. polnozrnata štručka, suho sadje (1)(3,6,8,11)	Grški jogurt, ajdov kruh z orehi, rezina ananasa (1,7,8)(3,6,11)	Zelenjavna juha, skutini rezanci z bio orehi domači kompot (1,3,7,8)	Bio vanilijevo mleko, sadje (7)
TOREK 28.03.2023	Sadni čaj, bio ajdov kruh, maslo, med (1,7)	Mlečna bio ovsena kaša, kakovov posip, banana (1,6,7)	Ričet, bio domači kruh z drožmi , marmorni kolač, kompot (1,3,7)	Ovseni piškoti s sadjem, sadje (1,3)

SREDA 29.03.2023	Mleko, žita za zajtrk s sadjem brez dodanega sladkorja sadje (1,7)(5,6,8,11)	Bela žitna kava, sezamova pletenka, sadje (1,6,7,11)	Porova kuha, mesno zelenjavna lazanja, zelena solata (1,3,7,9,12)	Bio črna žemlja, rezina ananasa (1)
ČETRTEK 30.03.2023	Sadni jogurt brez dodanega sladkorja, kvašeni rogljiček (1,3,7)	Zeliščni čaj, pizza, sadje (1,7)	Boranja z mlado govedino, bio domači kruh z drožmi, čokoladne palačinke (1,3,7)	100% pomarančni sok, grisini s sezamom (1,11)
PETEK 31.03.2023	Zeliščni čaj. bio koruzni kruh, različni namazi (1,7)	Sadni čaj, graham kruh, domača marmelada, sadje (1)(3,6,8,11)	Paradižnikova juha, pečen ribji file, slan krompir, dušena blitva (1,7)	Mleko, banana (7)

** pripravljeno v konvektomatu

Krepko označena živila-lokalni dobavitelji

Vso pecivo pri kosilu je domače.

Skladno z Uredbo (ES) št. 1169/2011 o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom in Z Uredbo o izvajanju uredbe (EU) (Uradni list RS, št. 6/14), so alergeni v šolskih jedeh objavljeni v tabeli.

Tabela z alergeni se nahaja v jedilnici ob objavljenem jedilniku. Pri vsakem obroku na jedilniku je krepko označena zaporedna številka alergena, ki jo obrok vsebuje. Številke, ki niso krepko označene označujejo alergene v sledovih.

Dietne prehrane so deležni učenci, ki so predhodno predložili zdravniško potrdilo od specialista pediatra ali specialista šolske medicine.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika.

V sodelovanju s komisijo za prehrano jedilnik sestavila Svjetlana Dumančić, org. prehrane

Ravnateljica: Astrid Videc, prof.