

JEDILNIK oktober 2022

	ZAJTRK	MALICA (sadje ali zelenjava)	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
Brezmesni dan PONEDELJEK 03.10.2022	Bela žitna kava biga, sadje (1,7)(3,6,11)	Zeliščni čaj, polnozrnati kruh s semeni, maslo, med, jabolko (1,7,11)(3,6)	Zelenjavna juha, skutini štruklji z drobtinami, jabolčni kompot (1,3,7,9)	Pirina bombetka z jogurtom, hruška (1,7)(3,6,11)
TOREK 04.10.2022	Sadni čaj, mlečni rogljiček, sadje (1,7)(3,6,11)	Bio sadni kefir, bio ajdov kruh, sadje (1,7)(3,6,8,11)	Zdrobova juha, puranji zrezek v zelenjavni omaki, pire krompir, zelena solata (1,3,9,12)	Graham bombetka, suhe marelice (1)(3,6,8,11)
SREDA 05. 10. 2022	Zeliščni čaj, koruzni kruh, rezini lahkega sira, zelenjavni dodatek (1,7)(3,6,11)	Sadni čaj, štručka z zeliščnim maslom, sadje (1,7)(3,6,11)	Pasulj z prekajenim mesom domači črni kruh, biskvitno pecivo s sadjem, kompot iz mešanega sadja (1,3,7)	Mlečni rogljiček, sadni jogurt (1,7)(3,6,11)

<p>ČETRTEK 06. 10. 2022</p>	<p>Mleko, sadni musli brez dodanega sladkorja (1,7)(5,6,8)</p>	<p>Zeliščni čaj, ovseni kruh, tunin namaz, jabolko (1,4,7)(3,6,11)</p>	<p>Brokoli kremna juha telečji paprikaš, testenine svedri, zeljna solata z lečo (1,3,7,9,12)</p>	<p>Koruzna bombetka, sadno- zelenjavni napitek (1)(3,6,11)</p>
<p>PETEK 07.10.2022</p>	<p>Sadni jogurt brez dodanega sladkorja in sladil, bio pirin kruh, sadje (1,7)(3,6,11)</p>	<p>Sadni čaj, domači črni kruh, sirni namaz z zelišči, kisle kumarice, (1,7)</p>	<p>Bistra juha z zakuho, pleskavica, pečen krompir, zelena solata (1,3,7,12)</p>	<p>Čajni kvašeni rogljiček, sadje (1,3,7)</p>
<p>PONEDELJEK 10.10.2022</p>	<p>Zeliščni čaj, bio ovseni kruh, med, sadje (1)(3,6,7,11)</p>	<p>Mleko, bio pšenični zdrob, kakovop posip, banana (1,7)(6)</p>	<p>Porova kremna juha ocvrt piščančji zrezek s sezamom**, rizi bizi, kumarična solata, (1,3,7,12)</p>	<p>Ovsena bombetka, zelenjavni krožnik (paprika, korenček,kumare) (1)(3,6,7,11)</p>
<p>TOREK 11.10.2022</p>	<p>Mlečna bio prosenka kaša, kakav, sadje (1,7)(6)</p>	<p>Sadni čaj, ovseni kruh, kokošja pašteta***, zelenjavni dodatek (1,7,9)(3,6,11)</p>	<p>Goveja juha z rezanci, dušeno sladko zelje, testenine krpice, dušena govedina, jabolko (1,3,7,9)</p>	<p>Jogurt, suhe slive (7)</p>

SREDA 12.10.2022	Zeliščni čaj, štručka-slanik zelenjavni dodatek (1)(3,6,7,11)	Grški jogurt, graham bombetka, sadje (1,7)(3,6,8,11)	Bistra piščančja juha z ribano kašo, bolognese omaka, graham špageti, riban sir zelena solata (1,3,7,9)(6,11)	Sadno-zelenjavni napitek, rezina črnega kruha (1)(3,6,7,11)
ČETRTEK 13.10.2022	Bela žitna kava, makova štručka (1,7)(3,6,8,11)	Sadni čaj, polbeli kruh, čokoladni namaz, jabolko (1,7,8)(3,6,11)	Ričet z prekajenim mesom, domači črni kruh, kokos kocke kompot (1,3,7)	Crispy kruhki 5 žit, sadje (1)(3,6,11)
PETEK 14.10.2022	Sadni čaj, koruzni kruh, sirni namaz (1,7)(3,6,11)	Zeliščni čaj, domači črni kruh, sirni namaz z drobnjakom, sadje, (1,7)	Špargljeva krem juha, pečena piščančje krače, mlinci, kitajsko zelje v solati z lečo (1,3,7,12)	Mleko, banana (7)
PONEDELJEK 17.10.2022	Zeliščni čaj, bio ajdov kruh piščančja salama(prsa), sadje (1)	Mlečna bio ovsena kaša, kakavov posip, banana (7)(1,6)	Paradižnikova juha, ocvrt ribji file**(Oslič), krompirjeva solata, hruška (1,3,12)	Keksi masleni polnozrnati, sadje (1,7)
TOREK 18.10.2022	Mleko, ovseni kruh, maslo,	Zeliščni čaj, koruzni kruh,	Kostna juha z testeninami (zvezdice), pečena svinjska riba,	Francoski polnozrnati rogliček, sadje

	sadje (1,7) (3,6,11)	tunin namaz, olive (1,4) (3,6,7,11)	džuveč riž zelena solata s čičeriko (1,3,9,12)	(1,7) (3,6,11)
SREDA 19.10.2022	Mleko, koruzni kosmiči (1,7) (6)	Multivitaminski sadni napitek na osnovi sirotke, graham bombetka, jabolko (1,7) (3,6,11)	Cvetačna kremna juha, makaronovo meso, mešana solata (1,3,7,12)	Štručka-slanik, naravni jogurt (1,7) (3,6,11)
Brezmesni dan ČETRTEK 20.10.2022	Bela kava, sezamova pletenka, sadje (1,7,11) (3,6)	Zeliščni čaj, sirova štručka, sadje (1,7) (3,6,11)	Zelenjavna juha z vlivanci, carski praženec, domači jabolčni kompot (1,3,7,9)	Sadno-žitna rezina (1,5,7,8)
PETEK 21.10.2022	Zeliščni čaj, pirin kruh, marmelada , sadje (1) (3,6,11)	Mleko, bio polenta , banana (1,7)	Česnova krem juha s kruhovimi kockami, rižota z zelenjavo in piščančjim mesom, bio rdeča pesa (1,3,7,9,12)	Sirova štručka, sadje (1,7) (3,6,11)
PONEDELJEK 24.10.2022	Sadni čaj, biga, sadje (1) (3,6,7,11)	Zeliščni čaj, bio ajdov kruh, rezini lahkega sira, sveža paprika (1,7) (3,6,11)	Čebulna juha z zlatimi kroglicami, mesne kroglice v paradižnikovi omaki, pire krompir , sadje (1,3,7)	Pekovsko pecivo (1,3,7)

TOREK 25.10.2022	Zeliščni čaj, polnozrnat kruh, piščančja pašteta (Poli), zelenjavni dodatek (1)(3,6,11)	Bio kefir, kraljeva fit štručka (5 vrst žit in 4 vrste semen), jabolko (1,11)(3,6,7)	Piščančja obara z zdrobovimi žličniki, koruzni kruh, čokoladni puding s sadnim prelivom (1,3,7)(6,11)	Grisini s sezamom, sadje (1,11)(1,3,6)
SREDA 26.10.2022	Bela žitna kava, makova štručka, sadje (1,7)(3,6,11)	Zeliščni čaj, rženi kruh, piščančja salama (prsa), sveža paprika (1)(3,6,7,11)	Paradižnikova juha, pečen file postrvi, krompirjeva solata s porom, sadje (12)	Črna zemlja, 100% sadni bio sok (1)(3,6,7,11)
ČETRTEK 27.10.2022	Mlečni riž, kakavov posip, suhe slive (7)(1,3,6,8,11)	Sadni čaj, bio pirin kruh, domača marmelada, jabolko (7)	Bistra juha z zakuho, mesno zelenjavna lasanja, zelena solata (1,3,7,9,12)	Orehova potička, Sadje (1,3,7,8)(6,11)
PETEK 28.10.2022	Sadni čaj, koruzni kruh, sirni namaz z zelišči zelenjavni dodatek (1,7)(3,6,11)	Zeliščni čaj, hot dog štručka, hrenovka, kečap, sadje (1)(3,6,7,11)	Segedin golaž, polenta/jogurt (1,7)	Temna kraljeva štručka s sezamom (1,11)(3,6,7)

POČITNICE

** pripravljeno v konvektomatu

*** brez aditivov

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. Ostale številke predstavljajo 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 Dumančič, org. prehrane

Ravnateljica: Astrid Videc, prof.