



# JEDILNIK

## OKTOBER 2021



	<b>PONEDELJEK (27. 9. 2021)</b>	<b>TOREK (28. 9. 2021)</b>	<b>SREDA (29. 9. 2021)</b>	<b>ČETRTEK (30. 9. 2021)</b>	<b>PETEK (1. 10. 2021)</b>
<b>MALICA</b>	Osje gnezdo(1a, 3, 7), čaj, sadež	*Ovseni kruh(1a, 1d), šolski tunin namaz(4, 7), paprika, čaj	*Štručka(1a), hrenovka, priloga(3, 10), sok +ŠS sadež	Mleko(7), koruzni kosmiči, sadež	Sadni kefir(7), *korenčkova bombeta(1a), suho sadje
<b>KOSILO</b>	Cvetačna juha, piščančja nabodala, rizibizi, sladoled(7)	Mesni tortelini s krušnimi drobtinicami(1a, 3, 7), solata, sadež	Krompirjev golaž, kruh(1a), sladica(1a, 3, 7)	Špinačna juha, puranji zrezek v gobovi omaki, pire krompir(7), solata	Zdrobova juha(1a), testenine s tunino omako(1a, 4), solata
<b>POP. MALICA</b>	Bombeta s sirom in semeni(1a, 7), sok	Smoothie, krekerji(1a)	Slana presta(1a), sadež	Žitna ploščica(1a), sok	Polnozrnat piškoti(1a, 3, 7), mleko(7)

	<b>PONEDELJEK (4. 10. 2021)</b>	<b>TOREK (5. 10. 2021)</b>	<b>SREDA (6. 10. 2021)</b>	<b>ČETRTEK (7. 10. 2021)</b>	<b>PETEK (8. 10. 2021)</b>
<b>MALICA</b>	*Pizza šunka sir(1a,7), sok	*Mleko(7), musli(1d), sadež	Koruzni kruh(1a), sirni namaz(7), čaj +ŠS zelenjava	Pisan kruh(1a), čokoladni namaz(7, 8b), mleko(7)	Fit rogljič(1a), smoothie, sadež
<b>KOSILO</b>	Rižota z zelenjavo in piščančjim mesom, parmezan(7), solata, sadež	Bloška trojka s svinjskim mesom, kruh(1a), sladica(1a, 3, 7)	Ohrovtova juha, telečji zrezek v čebulni omaki, cesarska zelenjava(1a, 7), solata	Porova juha, lazanja z mešanim mletim mesom(1a, 3, 7), solata	Grahova juha, sir za žar(7), pražen krompir, solata
<b>POP. MALICA</b>	*Ječmenov kruh(1a, 1c), med	Žemljica(1a), sir(7)	Jogurt(7), sadež	Slanik(1a), sadež	Grisini(1a), čokoladno mleko(7)

	<b>PONEDELJEK (11. 10. 2021)</b>	<b>TOREK (12. 10. 2021)</b>	<b>SREDA (13. 10. 2021)</b>	<b>ČETRTEK (14. 10. 2021)</b>	<b>PETEK (15. 10. 2021)</b>
<b>MALICA</b>	Grški jogurt s podloženim sadjem(7), slanik(1a), sadež	*Polbela bombeta(1a), sir(7), kisle kumarice, čaj	*Pirin zdrob z jabolki(1e, 7), cimret +ŠS sadež	Polnozrnat kruh(1a), šolski jajčni namaz(3), sok	Marelični navihanček(1a, 3, 7), čaj, sadež
<b>KOSILO</b>	Ričet s klobaso, kruh(1a), sladica(1a, 3, 7)	*Makaronovo meso z mešanim mletim mesom(1a), parmezan(7), solata, sladoled(7)	Brokolijeva juha, goveji ragu, kus kus(1a), solata	Minjonska juha(1a), puran v vrtnarski omaki, skutna štruca(1a, 3, 7), solata	Čebulna juha, ribji file, maslen krompir z blitvo(7), solata
<b>POP. MALICA</b>	Kruhov rogljič(1a), sok	Rešeto(1a, 3, 7), sadež	Ajdov kruh(1a), maslo(7)	Puding(1a, 3, 7), sadež	*Korenčkova bombeta(1a), mleko(7)

	<b>PONEDELJEK (18. 10. 2021)</b>	<b>TOREK (19. 10. 2021)</b>	<b>SREDA (20. 10. 2021)</b>	<b>ČETRTEK (21. 10. 2021)</b>	<b>PETEK (22. 10. 2021)</b>
<b>MALICA</b>	Skutin zavitek(1a,3, 7), čaj, mešani oreščki(8a, 8b, 8c, 8f)	*Polbeli kruh(1a), šolski medeni namaz(7), bela kava(7)	*Kamutova blazinica(1a), piščančja salama, čaj +ŠS zelenjava	Mlečni zdrob(1a, 7), kakav, sadež	*Sadni jogurt(7), makova štručka(1a)
<b>KOSILO</b>	Pečenice, matevž, zelje, sadna kupa(7)	*Telečji golaž, polenta, solata, sadež	Špinačna juha, testenine z omako carbonara(1a, 3, 7), solata	Mehiška enolončnica(1a), kruh(1a), sladica(1a, 3, 7)	Prežganka(1a, 3), zelenjavni polpeti, pire krompir(7), solata
<b>POP. MALICA</b>	*Sirova štručka(1a, 7), sadež	Ovseni kruh(1a, 1d), zelenjavni krožnik	Koruzna bombeta(1a), sadež	*Pirin kruh(1a), pašteta	Krekerji(1a), sok

Jedilnik je oblikovan na podlagi smernic zdrave prehrane, prostorskih in kadrovskih kapacitet ter novih higienskih priporočil NIJZ. Upoštevano je tudi obdobje sezonske prehrane, torej prilagoditev na letni čas. Sadež se postreže glede na sezono in trenutno razpoložljivost. V šolski kuhinji se trudimo zmanjševati ali popolnoma izločiti sladkane pijače, odvečni sladkor in sol v hrani, ter izdelke iz bele moke. Prav tako si prizadevamo, da je hrana okusna in približana okusom učencev v starostnih skupinah od 1. do 9. razreda. V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

Jedi lahko vsebujejo alergene po Uredbi EU št.1169/2011/E o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom. Jedi, ki vsebujejo alergene, so označene z legendo: **1.** Žita, ki vsebujejo gluten: **a** pšenica, **b** rž, **c** ječmen, **d** oves, **e** pira, **f** kamut ali njihove križane vrste in proizvodi iz njih, **2.** Raki in proizvodi iz njih, **3.** Jajca in proizvodi iz njih, **4.** Ribe in proizvodi iz njih, **5.** Arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih, **6.** Zrnje soje in proizvodi iz njega, **7.** Mleko in mlečni izdelki, ki vsebujejo laktozo, **8.** Oreščki: **a** mandlji, **b** lešniki, **c** orehi, **d** indijski oreščki, **e** ameriški orehi, **f** brazilski oreščki, **g** pistacija, **h** makadamija ali **i** orehi Queensland ter proizvodi iz njih, **9.** Listna zelena in proizvodi iz nje, **10.** Gorčično seme in proizvodi iz njega, **11.** Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **12.** Žveplovi dioksidi in sulfidi, **13.** Volčji bob in proizvodi iz njega, **14.** Mehkužci in proizvodi iz njih.

\*obrok je sestavljen iz bio/eko živil  
**ŠS** šolska shema sadja in zelenjave

Urška Brvar Rušnjak  
vodja šolske prehrane