



OSNOVNA ŠOLA IG
Troštova ulica 24
1292 Ig pri Ljubljani

JEDILNIK

JUNIJ 2022



	PONEDELJEK (30. 5. 2022)	TOREK (31. 5. 2022)	SREDA (1. 6. 2022)	ČETRTEK (2. 6. 2022)	PETEK (3. 6. 2022)
MALICA	*Sadni jogurt(7), pletenka(1a), sadež	Pisan kruh(1a), čokoladni namaz(7), mleko(7)	*Pirina blazinica(1a), piščančja salama, paprika, sok	Sirova štručka(1a,7), sadni smoothie(7)	Osje gnezdo(1a,3,7), čaj, sadež
KOSILO	Špargljeva juha, mesni tortelini v paradižnikovi omaki(1a,3,7), solata	Korenčkova juha, *telečja hrenovka, pire krompir(7), špinača, sadež	Krompirjev golaž, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Lečina juha, puranji zrezek v curry omaki(7), riž, solata	Zelenjavni zrezek, pražen krompir, solata, sladoled(7)
POP. MALICA	Ajdov kruh z orehi(1a,8c), sadež	Makova štručka(1a), sok	*Korenčkova bombeta(1a), sadež	Pletenka(1a), mleko(7)	Prepečenci(1a), jogurt(7)

	PONEDELJEK (6. 6. 2022)	TOREK (7. 6. 2022)	SREDA (8. 6. 2022)	ČETRTEK (9. 6. 2022)	PETEK (10. 6. 2022)
MALICA	Sirov burek(1a,3,7), naravni jogurt(7)	*Mlečni gres(7), posip, sadež	Ladjica z vanilijo in marelico(1a,3,7), limonada +ŠS sadež	Kruh s tatarsko ajdo(1a), sirni namaz(7), korenje, čaj	Makova štručka(1a), grški jogurt s podloženim sadjem(7)
KOSILO	Porova juha, piščančje kračke, mlinci(1a,3), sadež	Cvetačna juha, testenine z milansko omako(1a), solata	Grahova juha, *sesekljana telečja pečenka(3), pire krompir(7), solata	Piščančja obara, ajdovi žganci, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Čebulna juha, losos z jogurtovo polivko(4,7), tri žita, solata
POP. MALICA	*Pisan kruh(1a), marmelada	Žemljica(1a), sir(7)	Presta(1a), *jogurt(7)	Bombeta z bučnimi semeni(1a), sadež	Krekerji(1a), sadež

	PONEDELJEK (13. 6. 2022)	TOREK (14. 6. 2022)	SREDA (15. 6. 2022)	ČETRTEK (16. 6. 2022)	PETEK (17. 6. 2022)
MALICA	Fit štručka(1a), sok, sadež	Jabolčni zavitek(1a,3,7), bela kava(7)	Slanik(1a), *kefir(7), sadež	Kajzerica(1a), sir(7), kisle kumarice, sok	*Ovseni kruh(1a,d), šolski tunin namaz(3,7), čaj
KOSILO	Makaronovo meso z mešanim mletim mesom(1a), parmezan(7), solata, sladoled(7)	Zdrobova juha(1a), paprikaš, priloga, solata	Frankfurtska enolončnica, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Česnova juha, piščančja nabodala, pečen krompir, šopska solata(7)	Špinačna juha, pohan sir(1a,3,7), zelenjavni pire(7), solata
POP. MALICA	Prepečenci(1a), jogurt(7)	Rešeto(1a), sadež	*Koruzni kruh(1a), med	Polnozrnat rogljiček(1a), sadež	Keksi(1a), mleko(7)

	PONEDELJEK (20. 6. 2022)	TOREK (21. 6. 2022)	SREDA (22. 6. 2022)	ČETRTEK (23. 6. 2022)	PETEK (24. 6. 2022)
MALICA	*Pizza šunka sir(1a), sok	Kosmiči, mleko(7), sadež	*Ječmenov kruh(1a,c), šolski medeni namaz(7), čaj +ŠS sadež	Kruhov rogljič(1a), mlečni desert(7)	Navihanček(1a,3,7), sok
KOSILO	Bučkina juha, telečji golaž, polenta, sladoled(7)	Ričet s klobaso, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Gobova juha, svinjska pečenka, priloga, solata	Prežganka(1a,3), rižota z zelenjavo in puranjim mesom, solata	Testenine s tunino omako(1a,3), solata, sadež
POP. MALICA	*Borovničev muffin(1a), mleko(7)	Sirova štručka(1a,7), mleko(7)	Ovseni kruh(1a,d), pašteta	Koruzna bombeta(1a), sadež	Grisini(1a), jogurt(7)

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 in solata 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, zato so v jedilniku upoštevani predlogi učencev. 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.** Žveplov dioksid 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