



# JEDILNIK

## NOVEMBER 2022



	<b>PONEDELJEK (7. 11. 2022)</b>	<b>TOREK (8. 11. 2022)</b>	<b>SREDA (9. 11. 2022)</b>	<b>ČETRTEK (10. 11. 2022)</b>	<b>PETEK (11. 11. 2022)</b>
<b>MALICA</b>	Smoothie, kruhov rogljič(1a)	Sirov burek(1a, 3, 7), naravni jogurt(7)	*Ovseni kruh(1a,d), pašteta, čaj +ŠS zelenjava	*Mleko(7), čokoladne kroglice(1a), sadež	Makova štručka(1a), kakav(7), sadež
<b>KOSILO</b>	Zdrobova juha(1a), segedin, krompir v kosih, solata	Ričet s klobaso, kruh(1a), sladica(1a, 3, 7)	Grahova juha, file postrvi(4), krompirjeva solata, sadež	Cvetačna juha, puranji zrezek v vrtnarski omaki, svaljki(1a, 3), solata	Martinova pojedina: minjonska juha(1a), piščančje kračke, mlinci(1a, 3), sladko zelje
<b>POP. MALICA</b>	Presta(1a), sok	Ajdov kruh z orehi(1a, 8c), sadež	Prepečenci(1a), *jogurt(7)	*Polbeli kruh(1a), marmelada	Žemljica(1a), sir(7)

	<b>PONEDELJEK (14. 11. 2022)</b>	<b>TOREK (15. 11. 2022)</b>	<b>SREDA (16. 11. 2022)</b>	<b>ČETRTEK (17. 11. 2022)</b>	<b>PETEK (18. 11. 2022)</b>
<b>MALICA</b>	Skutin zavitek(1a, 3, 7), čaj	*Sadni kefir(7), *korenčkova bombeta(1a), mešani oreščki(8a,b,c,d)	*Kamutov kruh(1a), šolski mesno zelenjavni namaz(3), čaj +ŠS sadež	*Štručka(1a), piščančja hrenovka, priloga(3, 10), sok	**TSZ: kruh(1a), maslo(7), med, mleko(7), jabolko ----- Slana presta(1a), sok
<b>KOSILO</b>	Čebulna juha, rižota z zelenjavo in puranjim mesom, solata	Goveja juha, goveje meso, pire krompir(7), špinača, solata	Piščančji trakci v curry omaki(7), kus kus(1a), solata, sladoled(7)	Brokolijeva juha, makaronovo meso z mešanim mletim mesom(1a), parmezan(7), solata	Zelenjavna enolončnica, kruh(1a), mlečni desert(7)
<b>POP. MALICA</b>	Žitna ploščica(1a, 7), sadež	*Pirin kruh(1a,e), marmelada	Grisini(1a), jogurt(7)	Korenčkova bombeta(1a), sadež	*Bombeta z bučnimi semeni(1a), sok

	<b>PONEDELJEK (21. 11. 2022)</b>	<b>TOREK (22. 11. 2022)</b>	<b>SREDA (23. 11. 2022)</b>	<b>ČETRTEK (24. 11. 2022)</b>	<b>PETEK (25. 11. 2022)</b>
<b>MALICA</b>	Tekoči sadni jogurt(7), slanik(1a), sadež	*Mlečni riž(7), posip, sadež	*Pirina blazinica(1a,e), sir(7), čaj +ŠS zelenjava	Kajzerica(1a), suha salama, kumarica, sok	Kruh s tatarsko ajdo(1a), marmelada in kislá smetana(7), bela kava(7)
<b>KOSILO</b>	Bučna juha, pečenica, matevž(7), zelje	Paradižnikova juha, puranja pečenka, slani sirovi štruklji(1a, 3, 7), solata	Čufti z mešanim mletim mesom v paradižnikovi omaki(1a, 3), pire krompir(7), solata, sadež	Piščančja obara, ajdovi žganci, kruh(1a), sladica(1a, 3, 7)	Špinačna juha, testenine z lososovo omako(1a, 4, 7), solata
<b>POP. MALICA</b>	Polnozrnatí keksi(1a, 3, 7), mleko(7)	*Ječmenov kruh(1a,c), tunina pašteta(4)	Prepečenci(1a), jogurt(7)	*Koruzna štručka(1a), sadež	Smoothie, krekerji(1a)

	<b>PONEDELJEK (28. 11. 2022)</b>	<b>TOREK (29. 11. 2022)</b>	<b>SREDA (30. 11. 2022)</b>	<b>ČETRTEK (1. 12. 2022)</b>	<b>PETEK (2. 12. 2022)</b>
<b>MALICA</b>	*Pizza šunka sir(1a, 7), sok	Grški jogurt s podloženim sadjem(7), pletenka(1a)	Francoski rogljič z marmelado(1a, 3, 7), kakav(7) +ŠS sadež		
<b>KOSILO</b>	Goveji golaž, polenta, solata, sladoled(7)	Prežganka(1a, 3), špinačni kaneloni(1a, 3, 7), pire krompir(7), solata	Frankfurtska enolončnica s telečjimi hrenovkami, kruh(1a), sladica(1a, 3, 7)		
<b>POP. MALICA</b>	*Laneni žepek(1a), sadež	Koruzni kruh(1a), maslo(7)	Grisini(1a), jogurt(7)		

\*obrok je sestavljen iz bio/eko živil

\*\*TSZ –tradicionalni slovenski zajtrk: brezplačen zajtrk za vse učence

ŠS šolska shema sadja in zelenjave: brezplačno sadje ali zelenjava za vse učence

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.** Žveplov dioksid in sulfidi, **13.** Volčji bob in proizvodi iz njega, **14.** Mehkužci in proizvodi iz njih.

Urška Brvar Rušnjak  
vodja šolske prehrane