



# JEDILNIK

## MAREC 2023



	<b>PONEDELJEK (27. 2. 2023)</b>	<b>TOREK (28. 2. 2023)</b>	<b>SREDA (1. 3. 2023)</b>	<b>ČETRTEK (2. 3. 2023)</b>	<b>PETEK (3. 3. 2023)</b>
<b>MALICA</b>	Skutin zavitek(1a,3,7), čaj	*Štručka(1a), piščančja hrenovka, priloga(3), čaj	Mlečni zdrob(1a,7) +ŠS sadež	*Kamutov kruh(1a,1f), med, kislá smetana(7), čaj	Makova štručka(1a), kakav(7)
<b>KOSILO</b>	*Goveji golaž, polenta, solata, sadež	Česnova juha, rižota z zelenjavo in puranjim mesom, solata	Enolončnica, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	*Telečji zrezki v gorčični omaki(10), pire krompir(7), solata, sadež	Zelenjavna juha, široki rezanci z lososovo omako(1a,4,7), solata
<b>POP. MALICA</b>	Krekerji(1a), smoothie	*Koruzni žepek(1a), sadež	Ovseni kruh(1a,1d), maslo(7)	*Korenčkov muffin(1a), mleko(7)	Grisini(1a), sadež

	<b>PONEDELJEK (6. 3. 2023)</b>	<b>TOREK (7. 3. 2023)</b>	<b>SREDA (8. 3. 2023)</b>	<b>ČETRTEK (9. 3. 2023)</b>	<b>PETEK (10. 3. 2023)</b>
<b>MALICA</b>	Mesni burek(1a,3,7), naravni jogurt(7)	*Mleko(7), koruzni kosmiči, sadež	*Ovseni kruh(1a,1d), pašteta, čaj +ŠS zelenjava	*Buhtelj z marmelado(1a,3,7), bela kava(7), sadež	Bombeta z bučnimi semeni(1a,), sir(7), solata, sok
<b>KOSILO</b>	Grahova juha, piščančji frikase(7), kus kus, sadež	Makaronovo meso z mešanim mletim mesom(1a), parmezan(7), solata, sladoled(7)	Bloška trojka, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Zdrobova juha(1a), čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir(7), solata	Brokolijeva juha, zelenjavna loparnica(1a,3,7), solata
<b>POP. MALICA</b>	Slanik(1a), sok	*Pirin kruh(1a,1e), marmelada	Pletenka s sezamom(1a,11), sadež	*Jogurt(7), grisini(1a)	Ajdov kruh z orehi(1a,8c), sadež

	<b>PONEDELJEK (13. 3. 2023)</b>	<b>TOREK (14. 3. 2023)</b>	<b>SREDA (15. 3. 2023)</b>	<b>ČETRTEK (16. 3. 2023)</b>	<b>PETEK (17. 3. 2023)</b>
<b>MALICA</b>	Rogljček(1a,3,7), mleko(7), sadež	*Ječmenov kruh(1a,1c), tunin namaz(4, 7), paradižnik, čaj	*Sadni jogurt(7), Slanik(1a)  +ŠS sadež	Sirova štručka(1a,7), salama, kisle kumarice, čaj	*Pica margerita(1a,7), sok
<b>KOSILO</b>	Prežganka(1a,3), puranja pleskavica, zelenjavni pire(7), solata	Lečina juha, testenine v omaki carbonara(1a,3), solata	Čičerikina enolončnica, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Paradižnikova juha, piščančji zrezek v vrtinarski omaki, gluhi štruklji(1a,3,7), solata	Čebulna juha, file postrvi(4), krompirjeva solata, sadež
<b>POP. MALICA</b>	*Jogurt z žiti(7)	*Korenčkova bombeta(1a), sadež	*Črn kruh(1a), zelenjavni krožnik	Makova štručka(1a), sadež	Polnozrnati keksi(1a), mleko(7)

	<b>PONEDELJEK (20. 3. 2023)</b>	<b>TOREK (21. 3. 2023)</b>	<b>SREDA (22. 3. 2023)</b>	<b>ČETRTEK (23. 3. 2023)</b>	<b>PETEK (24. 3. 2023)</b>
<b>MALICA</b>	*Sadni kefir(7), *laneni žepek(1a)	*Mlečni riž(7), posip, sadež	*Pirin kruh(1a,1e), sirni namaz(7), sok  +ŠS zelenjava	Jabolčni zavitek(1a,3,7), čaj, sadež	*Kamutov kruh(1a,1f), marmelada in kisl smetana(7), čaj
<b>KOSILO</b>	Pečenica, matevž, zelje, sadna kupa(7)	Gobova juha, sirovi tortelini z drobtinicami(1a,3,7), solata	Ričet, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Kaneloni šunka sir(1a,3,7), pražen krompir, solata, sladoled(7)	Špinačna juha, svaljki v paradižnikovi omaki z mocarelo(1a,3,7), solata
<b>POP. MALICA</b>	Skutin žepek(1a,3,7), sok	*Rženi kruh(1a,1b), med	Bombeta z bučnimi semeni(1a), sadež	*Jogurt(7), prepečenci(1a)	Presta(1a), sadež

	<b>PONEDELJEK (27. 3. 2023)</b>	<b>TOREK (28. 3. 2023)</b>	<b>SREDA (29. 3. 2023)</b>	<b>ČETRTEK (30. 3. 2023)</b>	<b>PETEK (31. 3. 2023)</b>
<b>MALICA</b>	Navihanček(1a,3,7), kakav, oreščki(8a,8b,8c)	Grški jogurt s podloženim sadjem, kruhov kifelj(7)	Smoothie, fit štručka(1a) +ŠS sadež	*Mleko(7), čokoladne kroglice(1a), sadež	*Pisan kruh(1a), medeni namaz(7), čaj
<b>KOSILO</b>	Segedin, krompir v kosih, solata, sadež	Fižolova juha, puranje meso po mongolsko(6), riž, solata	*Frankfurtska enolončnica s telečjimi hrenovkami, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Bučkina juha, lasanja z mešanim mletim mesom(1a,3,7), solata	Korenčkova juha, testenine v tunini omaki(1a,4), parmezan(7), solata
<b>POP. MALICA</b>	*Kurkumin žepek(1a), sok	*Koruzna bombeta(1a), sadež	Žemljica(1a), sir	*Ovseni kruh(1a,1d), pašteta	*Jogurt(7), sadež

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 živil/eko živil/živil iz sheme kakovosti

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

Urška Brvar Rušnjak  
vodja šolske prehrane