



OSNOVNA ŠOLA IG
Troštova ulica 24
1292 Ig pri Ljubljani

JEDILNIK

JUNIJ 2024



	PONEDELJEK (3. 6. 2024)	TOREK (4. 6. 2024)	SREDA (5. 6. 2024)	ČETRTEK (6. 6. 2024)	PETEK (7. 6. 2024)
MALICA	*Ovseni kruh(1a,d), kokošja pašteta (6,7), zelenjava, sok	*Mlečni močnik(1a,3,7), sadež	*Ječmenov kruh(1a,c), šolski medeni namaz(7), čaj +ŠS sadež	Pirin kruh (1a,e), salama, list zelene solate, sok	Skutin žepek (1a,3,7), korenček, sok
KOSILO	Porova juha (7), *piščančje kračke, špinača (1a,7), pire krompir(7),	Brokolijeva juha, file brancina (4), krompirjeva solata s kumarami	Frankfurtska enolončnica s telečjimi hrenovkami in kvinojo(1a,d,3) kruh (1a,c,d,e), sladica (1a,3,7)	Korenčkova juha (1a,3), piščančji zrezek po dunajsko (1a,3,7), pražen krompir, solata s koruzo	Gobova juha, zelenjavna loparnica (1a,3,7) solata, sadež
POP. MALICA	Skutin kolač (1a,3,7,12,), sadež	*Pirin kruh(1a,1e), Tunina pašteta (4,6,7,9)	Jogurt(7), sadež	Presta(1a), smoothie	*Korenčkova bombeta(1a), sok

	PONEDELJEK (10. 6. 2024)	TOREK (11. 6. 2024)	SREDA (12. 6. 2024)	ČETRTEK (13. 6. 2024)	PETEK (14. 6. 2024)
MALICA	Polbeli kruh (1a), tunin namaz (4), limonada	*Mlečni riž(7), posip, sadež	Kruh s tatarsko ajdo(1a), sirni namaz(7), čaj +ŠS zelenjava	*Pirina blazinica(1a,e), salama, zelenjava, sok	Kruhov rogljič(1a), bela kava(7), oreščki(8a,b,c,d)
KOSILO	Lečina juha, *puranja pleskavica, mladi pečen krompir, solata	Goveji golaž (1a,e), polenta, solata, sladoled(7)	Piščančja obara, ajdovi žganci, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Paradižnikova juha (1a), slani sirovi štruklji(1a,3,7), svinjska pečenka (1a), solata	Fižolova juha (1a), file lososa (4), jogurtova polivka (7), tri žita (1c,e), solata
POP. MALICA	Grisni(1a), sadež	Polbela žemlja(1a), sir(7)	Makova štručka(1a), sok	Jogurt(7), sadež	*Rženi kruh(1a,b), marmelada

	PONEDELJEK (17. 6. 2024)	TOREK (18. 6. 2024)	SREDA (19. 6. 2024)	ČETRTEK (20. 6. 2024)	PETEK (21. 6. 2024)
MALICA	Laneni žepek (1a) *sadni kefir (7)	Črna žemlja, (1a), sir (7), zelenjava, sok	*Naravni jogurt (7), koruzni kosmiči, +ŠS sadež	*Štručka(1a), *piščančja hrenovka, priloga (3,10), sok	Žepek margerita(1a,3,7), zelenjava, sok
KOSILO	Piščančji paprikaš (1a,e), priloga, solata, sladoled (7)	Prežganka (1a,3), rižota z zelenjavo in puranjim mesom, solata	Krompirjev golaž (1a,d), kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Špinačna juha (1a,7), *puranji zrezek v curry omaki(1a,7), priloga, solata	Grahova juha (1a,7), sir za žar(7)/zelenjavni polpeti(6), pečen krompir, dušena zelenjava
POP. MALICA	Pisan kruh(1a), med	Pletenka(1a), mleko(7)	Krekerji(1a), smoothie	Jogurt(7), sadež	Jabolčni žepek (1a, 3,7)

	PONEDELJEK (24. 6. 2024)	
MALICA	Makova štručka(1a), *sadni kefir(7)	<h1>POČITNICE</h1>
KOSILO	Piščančja obara z žličniki (1a, 3), kruh (1a), sladica (1a,3,7)	
POP. MALICA	*Korenčkov muffin(1a,3,7), 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.** Žveplov dioksid 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

Nataša Ogrinc
vodja šolske prehrane