



OSNOVNA ŠOLA IG  
Troštova ulica 24  
1292 Ig pri Ljubljani

# JEDILNIK


## DECEMBER 2024



	<b>PONEDELJEK (2. 12. 2024)</b>	<b>TOREK (3. 12. 2024)</b>	<b>SREDA (4. 12. 2024)</b>	<b>ČETRTEK (5. 12. 2024)</b>	<b>PETEK (6. 12. 2024)</b>
<b>MALICA</b>	*Belo pecivo z lanom(1a,) naravni jogurt(7)	*Prosenka kaša z vanilijevim pudingom na mleku (1a, 3,7), posip, sadež	*Črni kruh (1a, b), sirni namaz, sok <b>+ŠS zelenjava</b>	*Khorosanov mešan kruh (1d,f), piščančja prsa, kisl kumarica, čaj	Parkelj (1a,3,7), kakav (7) suho sadje
<b>KOSILO</b>	Cvetačna juha (1d), puranji zrezek v naravni omaki (1a), rizi bizi, solata	Bograč iz svinjskega in govejega mesa (1a), kruhov cmok(1a, 3, 7), solata, sadež	Bučna juha (7), piščančji zrezek po dunajsko(1a, 3,7), pražen krompir, solata	Rižota s *telečjim mesom in zelenjavo, solata, sadež	Česnova juha, kmečki svaljki v smetanovi omaki (1a, 3, 7), solata
<b>POP. MALICA</b>	Žitna ploščica(1a, 7), sadež	*Ovseni kruh(1a, 1d), pašteta	Presta(1a), sok	*Kefir(7), sadež	Polnozrnat keksi(1a, 3, 7), mleko(7)

	<b>PONEDELJEK (9. 12. 2024)</b>	<b>TOREK (10. 12. 2024)</b>	<b>SREDA (11. 12. 2024)</b>	<b>ČETRTEK (12. 12. 2024)</b>	<b>PETEK (13. 12. 2024)</b>
<b>MALICA</b>	Sirov burek (1a,3,7), naravni jogurt (7)	*Ječmenovi mešani kruh (1a,c), kokošja pašteta (6,7) kisl zelje, čaj	*Vaški polbeli kruh(1a,b), medeni namaz(7),čaj, <b>+ŠS sadež</b>	*Sadni jogurt(7), *presta (1a)	*Pirina blazinica(1a, 1e), sir mocarella(7), solata, sok
<b>KOSILO</b>	Paradižnikova juha (1a), pleskavica z mešanim mesom, pražen krompir, solata	Korenčkova juha (1a), makaronovo meso z govejim mletim mesom (1a,3), parmezan (7), solata	Piščančja obara, ajdovi žganci, sladica(1a, 3, 7)	Minjonska juha (1a), musaka z mešanim mletim mesom(1a,3,7), solata, sladoled (7)	Fižolova juha, pečen ribji file (4), krompir v kosih, zeljnata solata
<b>POP. MALICA</b>	*Pšenični črn kruh(1a, 1b), marmelada	*Laneni žep(1a), sadež	Prepečenci(1a), *jogurt(7)	*Kamutovo mešano pecivo(1a), sadež	Makova štručka(1a), mleko(7)

	<b>PONEDELJEK (16. 12. 2024)</b>	<b>TOREK (17. 12. 2024)</b>	<b>SREDA (18. 12. 2024)</b>	<b>ČETRTEK (19. 12. 2024)</b>	<b>PETEK (20. 12. 2024)</b>
<b>MALICA</b>	*Zvezdica sladko pecivo s čokolado (1a), mleko (7)	Pirin zdrob na mleku (1e), posip, sadež	Bombeta s sezamovimi semeni(1a, 11), tuna s koruzo(4), čaj <b>+ŠS zelenjava</b>	*Štručka (1a), piščančja hrenovka, priloga (3,10), sok	*Buhtelj (1a,3,7), bela kava (7), sadež
<b>KOSILO</b>	Brokolijeva juha, piščančji frikase(1a, 7), PZ kus kus(1a), solata	*Čufti z govejim mletim mesom v paradižnikovi omaki(1a, 3), pire krompir(7), solata	Jota z zeljem in prekajenim svinjskim mesom, kruh(1a), sladica (1a,3,7)	Čebulna juha, testenine z milansko omako(1a, 3), parmezan(7), solata	Zelenjavni ričet (1c), kruh (1a), navihanček s chia semeni in breskovim nadevom (1a,3,7)
<b>POP. MALICA</b>	Krekerji(1a), smoothie	*Pecivo smrekica(1a, 3, 7), sadež	*Muffin(1a, 3, 7), mleko(7)	*Polbeli kruh (1a), zelenjavni krožnik	Jogurt(7), sadež

	<b>PONEDELJEK (23. 12. 2024)</b>	<b>TOREK (24. 12. 2024)</b>	
<b>MALICA</b>	Pizza šunka sir(1a, 7), sok	*Orehova potica(1a, 3, 7), mleko	 <p><b>NOVOLETNE POČITNICE</b></p>
<b>KOSILO</b>	Goveji golaž (1a), polenta, solata, sladoled(7)	Bloška trojka s svinjskim mesom (1a,d), kruh (1a), sadež	
<b>POP. MALICA</b>	*Kurkumin žepok(1a), Sadež	*Kifeljc (1a, b), 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.** 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: brezplačno sadje ali zelenjava za vse učence

Nataša Ogrinc  
vodja šolske prehrane