



OSNOVNA ŠOLA IG  
Troštova ulica 24  
1292 Ig pri Ljubljani

# JEDILNIK

## NOVEMBER 2024



	<b>PONEDELJEK (4. 11. 2024)</b>	<b>TOREK (5. 11. 2024)</b>	<b>SREDA (6. 11. 2024)</b>	<b>ČETRTEK (7. 11. 2024)</b>	<b>PETEK (8. 11. 2024)</b>
<b>MALICA</b>	*Tekoči sadni jogurt(7), *polnozrnata bombeta(1a,b), sadež	* Prosenka kaša na mleku (7), posip, brusnice	*Ovseni kruh(1a,d), pašteta, čaj <b>+ŠS zelenjava</b>	Polbeli kruh (1a,b), pišč.prsa (IK), zelena paprika, čaj	Makova štručka(1a), kakav(7), sadež
<b>KOSILO</b>	Koromačeva juha, segedin s svinjskim mesom (1a), krompir v kosih, sadež	Zelenjavna lečina enolončnica (1d), kruh(1a), mlečni desert(7)	Frankfurtska enolončnica s telečjimi hrenovkami in kvinojo (1a,d,3), kruh (1a), sladica (1a,3,7)	Bučkina juha (7), puranji zrezek v vrtnarski omaki (1a), pirini svaljki(1e, 3,12), zelena solata z radičem	Paradižnikova juha (1a), file postrvi (4), krompirjeva solata
<b>POP. MALICA</b>	Temna borovničeva palčka (1a, 3,7) sok	*Korenčkova bombeta(1a), sadež	Prepečenci(1a), *jogurt(7)	*Korzuzni kruh(1a), marmelada	Žemljica(1a), sir(7)

## TEDEN SLOVENSKE HRANE

	<b>PONEDELJEK (11. 11. 2024)</b>	<b>TOREK (12. 11. 2024)</b>	<b>SREDA (13. 11. 2024)</b>	<b>ČETRTEK (14. 11. 2024)</b>	<b>PETEK (15. 11. 2024)</b>
<b>MALICA</b>	Pšenični polnozrnati kruh(1a,b), marmelada in maslo(7), čaj	*Mlečni močnik (1a,3,7), posip, oreščki (8a,b,c,d)	*Orehova potička (1a, 8), bela kava (7) <b>+ŠS sadež</b>	*Mešana pirina bombetka (1a,e), suha salama, kisle kumarice, čaj	**TSZ: PZ kruh(1a,b), maslo(7), med, mleko(7), jabolko ----- Slana presta(1a), sok
<b>KOSILO</b>	Martinova pojedina: minjonska juha(1a), piščančje kračke, mlinci(1a, 3), sladko zelje(1a)	Bujta repa(1a), kruh (1a), sirovi štruklji (1a, 3, 7)	Pečenica, matevž, dušeno kislo zelje, sladoled (7)	Goveja juha (1a,3), goveje meso, pire krompir(7), špinača (1a,7)	Zelenjavni ričet (1c), kruh (1a) jabolčni zavitek (7)
<b>POP. MALICA</b>	Rogljček s kaljenimi semeni (1a), sadež	*Pirin kruh(1a,e), marmelada	Jabolčna temna špirala (1a,b), oreščki(8a,b,c,d)	*Makov žepek (1a), Zelenjavni krožnik	*Polnozrnata bombeta(1a), sok

	<b>PONEDELJEK (18. 11. 2024)</b>	<b>TOREK (19. 11. 2024)</b>	<b>SREDA (20. 11. 2024)</b>	<b>ČETRTEK (21. 11. 2024)</b>	<b>PETEK (22. 11. 2024)</b>
<b>MALICA</b>	*Štručka(1a), piščančja hrenovka, priloga(3, 10), čaj	*Mlečni riž(7), posip, sadež	*Pirina blazinica(1a,e), sir(7), čaj <b>+ŠS zelenjava</b>	*Polbela bombeta(1a,b), pišč. prsa, paprika, čaj	*Buhtelj (1a,3,7), bela kava (7), oreščki
<b>KOSILO</b>	Piščančji trakci v curry omaki(1a,7), PZ kus kus(1a), solata	Fižolova juha (1a), zelenjavna loparnica (1a,3,7), solata	Piščančja obara, ajdovi žganci, kruh(1a), sladica(1a,3,7)	Porova juha (7), *lazanja z govejim mletim mesom (1a,3,7), mešana solata	Špinačna juha(1a,7), testenine z tunino omako(1a, 3, 4), solata
<b>POP. MALICA</b>	Polnozrnati keksi(1a, 3, 7), mleko(7)	*Ječmenov kruh(1a,c), tunina pašteta(4)	Prepečenci(1a), jogurt(7)	*Primorska biga(1a), sadež	*Dolenjsko meš. pecivo z belo ajdovo moko (1a,b), sadež

	<b>PONEDELJEK (25. 11. 2024)</b>	<b>TOREK (26. 11. 2024)</b>	<b>SREDA (27. 11. 2024)</b>	<b>ČETRTEK (28. 11. 2024)</b>	<b>PETEK (29. 11. 2024)</b>
<b>MALICA</b>	Skutin burek (1a,3,7), naravni jogurt (7)	*Pirin zdrob na mleku (7), posip, suhe slive	Rogljic s kaljenimi semeni (1a,3), kakav (7) <b>+ŠS sadež</b>	*Pšenični polbeli kruh(1a,b), šolski mesno zelenjavni namaz(3), čaj	Sadni kefir(7), *črna bombeta(1a), mešani oreščki(8a,b,c,d)
<b>KOSILO</b>	Prežganka (1a,3), rižota z zelenjavo in puranjim mesom, solata	Brokolijeva juha, makaronovo meso z govejim mletim mesom(1a,3), parmezan(7), solata	Jota prekajenim svinjskim mesom (1c), kruh (1a), sladica (1a,3,7)	Goveji golaž (1a,e), polenta, rdeča pesa	Ohrovtova juha z ajdovo kašo (7), file lososa (4), jogurtova polivka (7), tri žita (1c,e), solata
<b>POP. MALICA</b>	*Jogurt z žiti (7)	*Polbela bombeta (1a,b), maslo (7)	*Pirin mešani kruh (1a,e), zelenjavni krožnik	*Prekmursko pirino meš. pecivo s konopljo (1a,e), korenček	PZ žemlja (1a,b), sir(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 kadrovske kapacitete 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.

Nataša Ogrinc  
vodja šolske prehrane