

JEDILNIK (šola; oktober 2017)

Datum	DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
2. P	Fižolova mineštra z mesom, kruh, lučka	Grahova juha, ocvrt ribji file, dušeni riž,* rdeča pesa	Polnozrnati masleni rogljiček, sadna skutka
3. T	Hamburger, lepinja, ketchup, majoneza, zelena solata, paradižnik, čebula, čaj SŠSZ: jabolka	Gobova juha, zeljne krpice, mandarina	Kruh, maslo, marmelada, kakav, lubenica
4. S	Mlečni zdrob, čokoladni posip, grozdje	Kostna juha, puranji naravni zrezek, kruhov cmok, zelena solata	Kruh, pašteta, kumare, čaj
5. Č	Ajdov kruh, avokadov namaz s skuto, paprika, čaj, banana SŠSZ: jabolka	Boranja z mesom, kruh, zlivanka iz prosene kaše	Rozinov kruh, mleko, mandarina
6. P	Ovseni kruh, puranje prsi v ovitku, sir Jošt (lahki), paprika,čaj	Špinačna juha, dušena ajdova kaša z mesom in zelenjavo, radič v solati	Kraljeva štručka, bio sadni kefir
7. S	Sendvič, voda, jabolko, Frutabela (športni dan pohod)	/	/
9. P	Gobova juha z ajdovo kašo, kruh, hruška	*Segedin golaž, slan krompir, sladoled	Kruh, mesno zelenjavni namaz, kumare, čaj, sladoled
10. T	Hot-dog, hrenovka, paprika, ketchup, majoneza, čaj SŠSZ: jabolka	Zelenjavna juha, kuhani skutni štruklji, kompot	Kruh, maslo, med, kakav, pomaranča
11. S	Ovseni kruh, ribji namaz, paprika, čaj, banana	Nadeta paprika v paradižnikovi omaki, pire krompir, zelena solata	Temna borovničeva palčka, sadni jogurt Ego
12. Č	Mlečna prosena kaša, čokoladni posip, suhe slive SŠSZ: jabolka	Cvetačna juha, dušena *govedina v omaki, pirine testenine (svedri), zeljna solata	Pica, čaj, kaki
13. P	Rižota z mesom in zelenjavo, *rdeča pesa, sok (100% sadni delež)	Goveja juha, pečeni ribji file (platesa), krompirjeva solata	Skuta nad sadjem, vrtanek
16. P	Kruh, bio maslo, bio med, bio mleko, bio sadje SVETOVNI DAN HRANE	Kisla juha, kvasenica, kruh	Kmečki sendvič, čaj, hruška
17. T	Zelenjavna juha z mesom, kruh, banana SŠSZ: jabolka	Bistra juha, lovska pečenka, dušena ajdova kaša, *rdeča pesa	Polnozrnata žemlja, maslo, mleko, mandarina
18. S	Špageti z mesom, zelena solata, sok (100% sadni delež)	Fižolova juha, palačinke z marmelado, jabolčni kompot	Kruh, topljeni sir, suho sadje, čaj
19. Č	Sezamova bombetka, piščančje prsi v ovitku, sir Ementalec, sveže kumare, korenček, čaj SŠSZ: jabolka	Bučkina juha, dunajski piščančji zrezek, dušeni riž z zelenjavo, zeljna solata	Koruzni kosmiči, mleko, posip, mandarina
20. P	Bio sadni jogurt, makovka, grozdje	Prežganka, pečeni ribji file (rumenoplavuta limanda), kvinoja z grahom, zelena solata	Polnozrnata štručka, hrenovka, ketchup, paprika, čaj
23. P	Sladko zelje z mesom, rženi kruh, hruška	Porova juha, puranji zrezek v omaki, dušeni riž, zeljna solata	Skutna blazinica, kompot
24. T	Koruzni kruh, slivov džem, kislja smetana, kakav, pomaranča SŠSZ: jabolka	Kostna juha z rezanci, telečja pečenka, praženi krompir, *rdeča pesa	Sendvič s tuno, čaj, oreški
25. S	Kruh, mesno zelenjavni namaz, čaj rukola, mandarina	Pohorski lonec, jabolčni zavitek, kruh	Sadni pinjenec, sirova štručka
26. Č	Mlečni riž, čokoladni posip, kaki SŠSZ: jabolka	Minjon juha, pečena *piščančja bedra, mlinci, endivija z radičem	Pizza spirala, čaj

27. P	Sendvič s piščančjim mesom, čaj, banana	Brokoli juha, pečeni ribji file lososa, fižolova solata z zelenjavo, sladoled	Polnozrnata žemlja, maslo, čaj, lučka
--------------	---	---	---------------------------------------

* ekološko pridelano živilo

Jedilnik sestavili kuharica Bernarda Semenič in OŠP Nataša Horvatić Dolamič

Jedilnik pregledala ravnateljica: Mateja Leskovar Polanič

ALERGENI OBROK		VSEBNOST SNOVI, KI POVZROČA ALERGIJO ALI PREOBUČUTLJIVOST													
		ŽITO, KI VSEBUJE PŠENIČNI GLUTEN	RAKI	JAJCA	RIBE	ARAŠIDI	SOJA	MLEKO, ML. PROIZVODI Z LAKTOZO	OREŠKI	LISTNA ZELENA	GORČIČNO SEME	SEZAMOVO SEME	ŽVEPLOV DIOKSID	VOLČJI BOB	MEHKUŽCI
PON 2.	MALICA POP. MALICA	X X		X*		X*	X X	X X	X X*			X*			
TOR 3.	MALICA POP. MALICA	X X		X*			X X*	X*	X*(orehi)		X	X X*	X		
SRE 4.	MALICA POP. MALICA	X X					X X*					X*			
ČET 5.	MALICA POP. MALICA	X X		X*			X X	X	X*			X*			
PET 6.	MALICA POP. MALICA	X X		X*			X X	X	X*			X*			
SOB 7.	MALICA	X		X*			X	X	X*		X	X	X		
PON 9.	MALICA POP. MALICA	X X		X*			X X	X X*			X	X*	X X		
TOR 10.	MALICA POP. MALICA	X X		X*			X X	X*	X*(orehi)		X	X X*	X		
SRE 11.	MALICA POP. MALICA	X X		X*			X X	X*	X*			X X*			
ČET 12.	MALICA POP. MALICA							X X							
PET 13.	MALICA POP. MALICA						X	X				X*			

* alergen prisoten v sledih

ALERGENI OBROK		VSEBNOST SNOVI, KI POVZROČA ALERGIJO ALI PREOBUČUTLJIVOST													
		ŽITO, KI VSEBUJE PŠENIČNI GLUTEN	RAKI	JAJCA	RIBE	ARAŠIDI	SOJA	MLEKO, ML. PROIZVODI Z LAKTOZO	OREŠKI	LISTNA ZELENA	GORČIČNO SEME	SEZAMOVO SEME	ŽVEPLOV DIOKSID	VOLČJI BOB	MEHKUŽCI
PON 16.	MALICA POP. MALICA	X X		X* X*	X* X*		X X	X X			X*	X* X*	X		
TOR 17.	MALICA POP. MALICA	X X		X* X*	X* X*		X X	X X	X*			X*	X		
SRE 18.	MALICA POP. MALICA	X X		X X*			X X	X X				X*	X		
ČET 19.	MALICA POP. MALICA	X		X*			X X	X X	X*			X			
PET 20.	MALICA POP. MALICA	X X		X* X*			X X	X X	X*			X* X*			
PON 23.	MALICA POP. MALICA	X X		X* X			X X	X* X	X*			X*	X		
TOR 24.	MALICA POP. MALICA	X X		X X*			X X	X X	X		X	X X	X X		
SRE 25.	MALICA POP. MALICA	X X		X X*			X X	X* X			X	X X*	X		
ČET 26.	MALICA POP. MALICA	X		X			X X	X X				X			
PET 27.	MALICA POP. MALICA	X X		X X*	X X*	X*	X X	X* X	X		X	X			

(*) – sestavina prisotna v sledih

Pripravili kuharica Bernarda Semenič in OŠP Nataša Horvatić Dolamič

Ravnateljica: Mateja Leskovar Polanič

KOSILO		VSEBNOST SNOVI, KI POVZROČA ALERGIJO ALI PREOBČUTLJIVOST													
		ŽITO, KI VSEBUJE PŠENIČNI GLUTEN	RAKI	JAJCA	RIBE	ARAŠIDI	SOJA	MLEKO, ML. PROIZVODI Z LAKTOZO	OREŠKI	LISTNA ZELENA	GORČIČNO SEME	SEZAMOVO SEME	ŽVEPLOV DIOKSID	VOLČJI BOB	MEHKUŽCI
PON	2.	X		X	X										
TOR	3.	X		X									X		
SRE	4.	X		X			X	X				X*			
ČET	5.	X		X			X	X				X*			
PET	6.							X							
PON	9.	X				X*		X	X*						
TOR	10.	X		X				X					X		
SRE	11.	X		X				X							
ČET	12.	X		X				X							
PET	13.	X		X	X										
PON	16.	X		X			X	X				X*			
TOR	17.	X		X			X								
SRE	18.	X		X				X					X		
ČET	19.	X		X				X							
PET	20.			X	X										
PON	23.	X						X							
TOR	24.	X		X											
SRE	25.	X		X			X	X*				X			
ČET	26.	X		X											
PET	27.	X			X	X*	X	X	X*						

(*) – sestavina prisotna v sledih

Pripravili kuharica Bernarda Semenič in OŠP Nataša Horvatič Dolamič

Ravnateljica: Mateja Leskovar Polanič