




JEDILNIK NOVEMBER 2019

DAN	MALICA	VSEBUJE ALERGENE	KOSILO	VSEBUJE ALERGENE	Malica za otroke vrtca
PON 4.11.	Sadni čaj, kruh Gustav ovseni, šunka v ovitku, kisle kumarice, jabolko	1PŠ,1OV,10	Goveja juha s kašico, dušena govedina v zelenjavni omaki, kruhove rezine, zelena solata, napitek	1PŠ,3	Mešano sveže sadje
TOR 5.11.	Umešana jajca, kruh, limonada, sadje	1 PŠ,7	Bučna juha, piščančji paprikaš, pire krompir, rdeča pesa, napitek	1PŠ,1PI,3,7,10	Kruh (gluten), marmelada, čaj
SRE 6.11.	Čaj, koroški rženi kruh, ribji namaz Šolska shema: jabolka	1RŽ,1PŠ,4	Juha, polnozrnati špageti z omako bolonez, endivija in radič s krompirjem, napitek	1PŠ,3,7	Kruh (gluten), mleko
ČET 7.11.	Mlečni riž s čokoladnim posipom, hruška	7	Ričet*, kruh, biskvit s sadnim prelivom, napitek	1PŠ,1I,3,7	Sadni jogurt
PET 8.11.	Limonada, koruzni kruh, lešnikov namaz, mandarina Šolska shema: mleko	1PŠ,6,7,8L	Korenčkova juha z zdrobom, ocvrt sir, krompirjeva solata s porom, napitek	1PŠ,3,7	Banana
PON 11.11.	Šipkov čaj, jelenov kruh, mesni namaz, paprika Šolska shema: jabolka	1PŠ,1R,1I,1OV,6,11	Juha, pečen piščanec namazan z medom, mlinci, rdeče dušeno zelje, napitek	1PŠ,3	Jogurt
TOR 12.11.	Zeliščni čaj, domači buhtelj z marmelado, jabolko Šolska shema: mleko	1PŠ, 6,7	Fižolova juha, hrenovka v testu, kitajsko zelje s krompirjem, napitek	1PŠ,3,7	Keksi(gluten), mleko
SRE 13.11.	Krompirjeva juha s hrenovko, kruh, sadje	3, 1 PŠ	Segedin golaž, polenta*, pecivo, kaki vanilja, napitek	1PŠ,3,7	Kruh (gluten), sadje
ČET 14.11.	Bela kava, kruh iz kmečke peči, sir za mazanje, jabolko	1PŠ,1R,7	Grahova juha, kaša s puranjim mesom, rdeča pesa, napitek	7, 10	Puding
PET 15.11.	DAN SLOVENSKE HRANE: TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK* Kruh, maslo, med, jabolko in mleko*  Malica za vse: sadno zelenjavni krožnik, polnozrnati keksi	1PŠ,1OV,6,7,8L	Kremna špinača, pire krompir, kuhana jajčka, čokoladni puding s smetano, napitek	1PŠ,3,7	Polnozrnati keksi

PON 18.11.	Bezgov čaj, pirin kruh, jajčni namaz, paradižnik Šolska shema: jabolka	1R,1PI,6,7	Porova juha s kroglicami, pečene piščančje krače, vodni vlivanci, zelena solata s korenčkom,	1PŠ,3,4,7	Keksi, sadje
TOR 19.11.	Sadni čaj, ovseni kruh, rezina jošta, paradižnik	1PŠ,1OV,6,7	Pašta fižol z mesom, kruh, jabolčna pita, limonada	1PŠ,3,7	Kefir
SRE 20.11.	Kakav, rogljiček, ananas	1PŠ,6,7	Brokolijeva juha, polnozrnat makaroni po milansko, endivija s krompirjem	1PŠ,7	Sadje
ČET 21.11.	Sadni jogurt, žitni polnozrnat kosmiči Šolska shema: mleko	1PŠ,1J,6,7	Kuhan krompir v kosu, repa*, pečenice, čokoladno pecivo, sok	1PŠ,7	Sok, kruh (gluten)
PET 22.11.	Mlečni *khorasan zdrob, suhe slive	1KH,7	Domača kostna juha z zakuho, riba v koruzni srajčki, riž, mešana solata, napitek	1 PŠ,3,7	Jogurt
PON 25.11.	Lipov čaj, koroški rženi kruh, pašteta, kumarica, sadje	1PŠ,1RŽ	Paradižnikova juha, puranji hrustljavčki, džuveč riž, solata, napitek	1PŠ,3	Jabolko, kruh
TOR 26.11.	Zelenjavna enolončnica s klobaso, kruh, sadje	1 PŠ	Cvetačna juha, lasanja, zelnata solata s krompirjem in z jajci, napitek	1PŠ,3,7	Banana
SRE 27.11.	Mleko, *polenta, hruška	7	Mesne kroglice-čufti v omaki (gluten), pire krompir, zelena solata s čičeriko, napitek	1PŠ,3	Kompot, kruh (gluten)
ČET 28.11.	Gustav ovseni kruh, kuhan pršut, kumarice, zeliščni čaj z limono Šolska shema: jabolka	1OV, PŠ	Korenčkova juha, telečje meso v omaki, polnozrnat polžki, rdeča pesa, napitek	1PŠ,3,7	Skuta na sadju (mleko)
PET 29.11.	Skuta s podloženim sadjem, polnozrnat keksi, sadje Šolska shema: mleko	7, 1PŠ,6,7	*Ajdova juha z zelenjavo in žličniki (pirini), skutne palačinke, kompot	1PŠ,3,7, PL	Mešano sadje

(*) v jedi je uporabljeno ekološko živilo. Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano.

Legenda alergenov v jedilniku:

1- žito, ki vsebuje gluten (PŠ-pšenica, R-rž, J-ječmen, OV-oves, PI-pira), 2-raki, 3-jajca, 4-ribe, 5-arašidi, 6-soja, 7- mleko in ml. izdelki z laktozo 8-oreščki (L-lešniki, 9- listna zelena, 10-gorčično seme, 11-sezamovo seme, 12-žveplov dioksid, 13-volčji bob, 14-mehkužci

Opombe: Učenci in učenske 1. razredov imajo v dopoldanskem času odmor za napitek.

Kot napitek nudimo: čaj, vodo, razredčen 100 % sadni sok ali 100 % sadni sirup brez dodanega sladkorja.

Blagovne znamke pekovskih izdelkov so z manj soli in aditivov, katerim se tudi sicer v prehrani otrok izogibamo.

V vseh jedeh smo ukinili ali vsaj razpolovili količino dodanega sladkorja.

Izogibamo se izdelkom iz prečiščenih živil (bela moka, bel riž...)

in uvajamo čim več polnovrednih domačih jedi iz lokalno pridelanih živil, prisluhnemo pa tudi željam otrok.

Navedbe alergenov v jedilniku ne vključujejo navedb alergenov v sledovih in možnih navzkrižnih kontaminacij.

