

JEDILNIK JANUAR 2024

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO	POP. MALICA
SREDA	3.1.	kakav, sirova štručka, mandarina	prežganka, piščančji ražnjiči, kvinoja, kumarična solata	keksi
	ALERGENI	mleko, gluten-pšenica, soja	gluten-pšenica, jajca, mleko	gluten-pšenica
ČETRTEK	4.1.	čaj, marmelada, maslo , rženi kruh, jabolko , EU: mleko	lečina juha, svinjski zrezek v naravni omaki, kus-kus, zelje v solati s fižolom	kompot
	ALERGENI	gluten-pšenica, rž, mleko	gluten-pšenica, mleko	
PETEK	5.1.	mlečna prosena kaša s posipom, pirini keksi, hruška	korenčkova juha, pečen losos, špinača, pire krompir, sadje	žemlja
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-proso, pira, pšenica, mleko, soja, sezam jajca	mleko, riba, gluten-pšenica	gluten-pšenica
PONEDELJEK	8.1.	kakav, kvasenica, jabolko	zelenjavna juha, svinjska ribica, pirin rižek, kitajsko zelje v solati	keksi
	ALERGENI	gluten-pšenica, jajca, mleko, soja	mleko, gluten-pšenica, pira	gluten-pšenica
TOREK	9.1.	čaj, polnozrnata štručka, piščančja prsa, kumare ,	ričet s teletino, domač marmorni kolač	sadna skuta
	ALERGENI	gluten-pšenica, rž, pira	mleko, gluten-pšenica, rž, ješprenj, jajca	mleko
SREDA	10.1.	čaj, graham kruh, liptovski namaz, banana , EU: mleko	čufti, pire krompir, rdeča pesa, limonada	sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, soja	citrusi, gluten-pšenica, jajca, mleko	

ČETRTEK	11.1.	kamut khorasan zdrob na mleku s posipom, večernata žemlja, mandarina	gobova juha, pečen piščanec, mlinci, paradižnikova solata	žemlja
	ALERGENI	gluten-pšenica, kamut, mleko	gluten-pšenica, mleko, jajca, soja	gluten-pšenica
PETEK	12.1.	čaj, ovseni kruh, tunin namaz, solata, EU: korenček	milijon juha, testenine, zelenjavna polivka s stročnicami, zelena solata, sadje	mleko
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-oves, riba, mleko	gluten-pšenica, jajce, mleko	mleko
PONEDELJEK	15.1.	čaj, koruzni kruh, domač sadni jogurt, mandarina	brokolijeva juha, rižota s piščančjim mesom in zelenjavo, paradižnikova solata	jogurt
	ALERGENI	gluten, mleko	mleko, gluten, jajca	mleko
TOREK	16.1.	limonada, golaževa juha, žemlja z otrobi, hruška	koruzna juha, špageti po bolonjsko, zelje v solati	sadje
	ALERGENI	gluten,pšenica, jajca, mleko	mleko, gluten-pšenica, jajca	
SREDA	17.1.	čaj, rženi kruh, sir, paprika in paradižnik, EU: mleko	česnova juha, pečenica, kislo zelje, pražen krompir, pomaranča	keksi
	ALERGENI	gluten-rž, pšenica, mleko	mleko, gluten-ječmen, jajca	gluten-pšenica
ČETRTEK	18.1.	čaj, graham kruh, ribji namaz, solata, EU: korenček	goveja juha, govedina v zelenjavni omaki, kruhove rezine, mešana solata	kompot
	ALERGENI	gluten-pšenica, riba, mleko	gluten-pšenica, jajce	
PETEK	19.1.	čaj, orehova potička, banana EU: mleko	mineštra brez mesa, carski praženec, jabolčni sok	žemlja
BREZMESNI DAN	ALERGENI	jajca, gluten-pšenica, soja, mleko, orehi, lešniki	gluten-pšenica, mleko, jajce	gluten-pšenica
PONEDELJEK	22.1.	mleko, polenta, pomaranča	cvetačna juha, piščančji paprikaš, široki pirini rezanci, rdeča pesa	keksi
	ALERGENI	mleko, gluten-pšenica	gluten-pšenica, pira, mleko, gorčično seme, listna zelena	gluten-pšenica

TOREK	23.1.	čaj, ovseni kruh, čičerikin namaz s fižolom, banana , EU: mleko	goveji trakci v omaki, polenta, zelje v solati, sadje	sadna skuta
	ALERGENI	gluten-oves, mleko	gluten-pšenica, mleko, gorčično seme, listna zelena	mleko
SREDA	24.1.	limonada, hrenovka, žemlja z otrobi, jabolko	enolončnica z ajdo in mesom, domača jabolčna pita, jabolčni sok	sadje
	ALERGENI	gluten, soja, citrusi	gluten-pšenica, ajda, jajca, mleko	
ČETRTEK	25.1.	domača sadna skuta z jagodami, mešani piškoti, mandarina	grahova juha, svinjski ciganski zrezek, zdrobov cmok, zelena solata s koruzo	žemlja
	ALERGENI	gluten-pšenica, pira, mleko, jajca	gluten-pšenica, mleko, gorčično seme, listna zelena	gluten-pšenica
PETEK	26.1.	čaj, rženi kruh, jajčni namaz, solata, EU: korenček	korenčkova juha, pečena orada, blitva, pire krompir, sadje	mleko
BREZMESNI DAN	ALERGENI	citrusi, gluten-rž, soja	mleko, riba, gluten-pšenica	mleko
PONEDELJEK	29.1.	limonada, koruzni kruh, domač bučni namaz, banana , EU: mleko	juha z ribano kašo, puranje meso v zelenjavni omaki, pirini svaljki, endivija solata	jogurt
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, pira, jajca, mleko	mleko
TOREK	30.1.	čaj, pica, paprika, EU: korenček	špinačna juha, ajdova kaša s teletino in zelenjavno, paradižnikova solata s kalčki	sadje
	ALERGENI	gluten, mleko	gluten, pšenica, ajda, mleko	
SREDA	31.1.	sadni kefir, mešani kosmiči, hruška	fižolova juha, piščanec po dunajsko, krompirjeva solata s kumarami	keksi
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko	gluten, mleko, jajca	gluten-pšenica
ČETRTEK	1.2.	limonada, rženi kruh, mesno-zelenj. namaz, solata	bujta repa z mesom, kruh, pecivo z ovsenimi kosmiči in jabolki	kompot
	ALERGENI	citrusi, gluten-rž, soja, mleko	mleko, gluten-pšenica, oves, jajca	

	VRTEC	limonada, rženi kruh, zelenjavni namaz, solata	bujta repa z mesom, kruh, pecivo z ovsenimi kosmiči in jabolki	
		<i>citrusi, gluten-rž, soja, mleko</i>	<i>mleko, gluten-pšenica, oves, jajca</i>	
PETEK	2.2.	mlečni pirini zdrob, grisini, banana	koruzna juha, špageti s tunino omako, zelje v solati	žemlja
BREZMESNI DAN	ALERGENI	<i>gluten-pira, pšenica, mleko</i>	<i>mleko, gluten, jajca, riba</i>	<i>gluten</i>

LEGENDA	Stročnice so hranilno izjemno bogata živila, saj poleg kompleksnih ogljikovih hidratov vsebujejo še dobršen delež beljakovin, prehranskih vlaknin, vitamine B kompleksa ter železo, baker, cink, magnezij, mangan in fosfor. V jedilniku so označene, tako, da so podčrtane.		
	EKO ALI LOKALNO PRIDELAVA ŽIVILA	Zaradi objektivnih razlogov, lahko pride do spremembe jedilnika.	
	ŠOLSKA SHEMA SADJA IN ZELENJAVE	Pri zajtrku in popoldanski malici je na voljo dnevni kruh.	
	OBROK Z RIBO	V solatah je prisoten žveplov sulfit, ki se nahaja v kisu.	