

JEDILNIK – ŠOLA : 18. 3. 2024 – 22. 3. 2024

	MALICA	KOSILO
PONEDELJEK, 18. 3.	kokosov rogljiček ^(1A,8) , kakav ⁽³⁾ , sadež	paradižnikova juha ^(1A) , pečen file postrvi po tržaško ⁽⁴⁾ , slan krompir, zelena solata
TOREK, 19. 3.	hot dog štručka ^(1A, 7) , hrenovka, gorčica ⁽¹⁰⁾ , čaj	korenčkova juha ^(1A) , ravioli v smetanovi omaki ^(1A, 2, 3) , mešana solata
SREDA, 20. 3.	nehomog. mleko ⁽³⁾ koruzni kosmiči ^(1A) , sadež	grahova juha ^(1A) , rižota treh žit ^(1A) , mešana solata
ČETRTEK, 21. 3.	bombetka ^(1A) , rezina sira ⁽³⁾ , list zelene solate, čaj	porova juha ^(1A) , segedin ^(1A) , polenta ^(1A)
PETEK, 22. 3.	ržen kruh ^(1A,1B) , čokoladni namaz ⁽³⁾ , čaj, sadež	enolončnica - ješprenj z mesom in zelenjavo ^(1A) kruh ^(1A) , skutno pecivo ^(1A, 2, 3)

Pri kosilu in popoldanski malici je vedno na voljo napitek (sok, čaj) in kruh. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika (npr. zamenjave živil ipd.)

LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:

1 - žita, ki vsebujejo gluten (1A pšenica, 1B rž, 1C pira, 1D ječmen, 1E oves, 1F durum), 2 - jajca in proizvodi iz jajc, 3 - mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 4 - ribe in proizvodi iz rib, 5 - raki in proizvodi iz rakov, 6 - arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 7 - zrnje soje in proizvodi iz soje, 8 - oreški, 9 - listna zelena in proizvodi iz nje, 10 - gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11 - sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12 - žveplov dioksid ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂), 13 - volčji bob in proizvodi iz njega, 14 - mehkužci in proizvodi iz njih.

DOBER TEK!

Jasmina Povše,
organizatorica šolske prehrane

DIETNI JEDILNIK : 18. 3. 2024 – 22. 3. 2024

	MALICA (laktoza)	MALICA (gluten, laktoza)	KOSILO (laktoza)	KOSILO (gluten, laktoza)
PONEDELJEK, 18. 3.	kokosov rogljiček ^(1A,8) , rižev napitek, sadež	BG štručka Bon Matin, rižev napitek, sadež	paradižnikova juha ^(1A) pečen file postrvi po tržaško ⁽⁴⁾ , slan krompir, zelenja solata	paradižnikova juha pečen file postrvi po tržaško ⁽⁴⁾ , slan krompir, zelenja solata
TOREK, 19. 3.	hot dog štručka ^(1A,7) , hrenovka, gorčica ⁽¹⁰⁾ , čaj	BG štručka, hrenovka, gorčica ⁽¹⁰⁾ , čaj	korenčkova juha ^(1A) , testenine v omaki na osnovi soje (Valsoia) ⁽⁷⁾ , mešana solata	korenčkova juha, BG testenine v omaki na osnovi soje (Valsoia) ⁽⁷⁾ , mešana solata
SREDA, 20. 3.	ovsen napitek ^(1E) koruzni kosmiči ^(1A) , sadež	rižev napitek, BG koruzni kosmiči, sadež	grahova juha ^(1A) , rižota treh žit, mešana solata	grahova juha rižota, mešana solata
ČETRTEK, 21. 3.	bombetka ^(1A) , sir brez laktoze ⁽³⁾ , list zelene solate, čaj	BG bombetka, sir brez laktoze ⁽³⁾ , list zelene solate, čaj	porova juha ^(1A) , segedin ^(1A) , polenta ^(1A)	porova juha, segedin, polenta
PETEK, 22. 3.	ržen kruh ^(1A,1B) , kremni namaz z lešniki, kakavom in sojo ^(7,8) , čaj, sadež	BG kruh, kremni namaz z lešniki, kakavom in sojo ^(7,8) , čaj, sadež	enolončnica - ješprenj z mesom in zelenjavo ^(1A) kruh ^(1A) , sladica ^(1A)	enolončnica z mesom in zelenjavo, BG kruh, sladica

Pri kosilu in popoldanski malici je vedno na voljo napitek (sok, čaj) in kruh. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika (npr. zamenjave živil ipd.)

LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:

1 - žita, ki vsebujejo gluten (1A pšenica, 1B rž, 1C pira, 1D ječmen, 1E oves, 1F durum), 2 - jajca in proizvodi iz jajc, 3 - mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 4 - ribe in proizvodi iz rib, 5 - raki in proizvodi iz rakov, 6 - arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 7 - zrnje soje in proizvodi iz soje, 8 - oreški, 9 - listna zelena in proizvodi iz nje, 10 - gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11 - sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12 - žveplovi dioksidi ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂), 13 - volčji bob in proizvodi iz njega, 14 - mehkužci in proizvodi iz njih.

DOBER TEK!

Jasmina Povše,
organizatorica šolske prehrane

**JEDILNIK – SLADKORNA BOLEZEN: 18. 3. 2024 – 22. 3. 2024**

	ZAJTRK	KOSILO
PONEDELJEK, 18. 3.	polnozrnat kruh ^(1A) - 80 g (40 OH), kuhano jajce, zelenjava, čaj	paradižnikova juha ^(1A) - 200 ml (5 OH), pečen file postrvi po tržaško ⁽⁴⁾ , slan krompir – 200 g (30 OH), zelenja solata
TOREK, 19. 3.	ajdova žemlja ^(1A) - 80 g (40 OH) hrenovka, gorčica ⁽¹⁰⁾ , čaj	korenčkova juha ^(1A) – 200 ml (5 OH), polnozrnati špageti ^(1A) – 120 g (30 OH), smetanova omaka, mešana solata
SREDA, 20. 3.	navadni jogurt ⁽³⁾ – 2 dl (15 OH) ajdov kruh z orehi ^(1A) - 40 g (20 OH), manjše jabolko – (15 OH)	grahova juha ^(1A) – 200 ml (12 OH), rižota z rjavim neoluščenim rižem ^(1A) (več mesa) – 300 g (30 OH) mešana solata
ČETRTEK, 21. 3.	polnozrnati kruh ^(1A) - 80 g (40 OH) rezina sira, list zelene solate, čaj	porova juha ^(1A) – 200 ml (5 OH), segedin ^(1A) – 200 g (20 OH), ajdova kaša ^(1A) – 80 g (20 OH)
PETEK, 22. 3.	polnozrnat kruh ^(1A) - 80 g (40 OH), marmelada – dietna – 10 g (8 OH), maslo ⁽³⁾ , čaj	enolončnica - ješprenj z mesom in zelenjavo ^(1A) - 250 ml (35 OH) polnozrnati kruh ^(1A) – 40 g (20 OH)

Pri obroku je vedno na voljo napitek (sok/ čaj/ voda) in kruh. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika (npr. zamenjave živil ipd.)

LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:

1 - žita, ki vsebujejo gluten (1A pšenica, 1B rž, 1C pira, 1D ječmen, 1E oves, 1F durum), 2 - jajca in proizvodi iz jajc, 3 - mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 4 - ribe in proizvodi iz rib, 5 - raki in proizvodi iz rakov, 6 - arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 7 - zrnje soje in proizvodi iz soje, 8 - oreški, 9 - listna zelena in proizvodi iz nje, 10 - gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11 - sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12 - žveplov dioksid ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂), 13 - volčji bob in proizvodi iz njega, 14 - mehkužci in proizvodi iz njih.