

Številka: 6002-1/2019-6

Jedilnik SEPTEMBER 2019

2.9.2019	buhtelj z marmelado (1-pšenica, 7) slive 100 % jabolčni sok	svinjska pečenka riž z zelenjavo zelena solata s koruzo
3.9.2019	probiotični jogurt (7) ovseni kruh (1-pšenica, oves) nektarina	pečen piščančji file mlinci (1-pšenica, 3) omaka s šampinjoni paradižnikova solata s porom
4.9.2019	*domači beli kruh (1-pšenica) maslo (7), *med alpsko mleko (7), jabolko	telečja obara z žličniki (1-pšenica, 3) vaniljev puding (7) s sadnim prelivom
5.9.2019	domači rženi kruh (1-pšenica, rž) tunin namaz (4, 7) kolobarji pora, čaj/sok	piščanec v smetanovi omaki (7) kus kus (1-pšenica) s korenjem in bučkami solata iz stročjega fižola
6.9.2019	žemlja (1-pšenica) piščančje prsi češnjev paradižnik čaj/sok	kostna juha z ribanci (1-pšenica, 3, 9) file postrvi (1-pšenica, 4) pire krompir (7) dušena zelenjava z maslom (bučke, korenje, paprika/7)
9.9.2019 (ŠSZ) Rumena paprika	*ržen kruh (1-pšenica, rž) rezine sira (7) koščki rdeče/rumene (ŠSZ) paprike čaj/sok	piščančji file v naravni omaki (1-pšenica) njoki (1-pšenica, 3, 7) dušene bučke in korenje paradižnikova solata s papriko
10.9.2019	*sadni jogurt (7) ovsena žemlja (1-pšenica, oves) nektarina	goveja juha s fritati (1-pšenica, 3, 7) kuhana govedina pire krompir (7) mlada špinača v omaki (1-pšenica, 7)
11.9.2019	polbeli kruh (1-pšenica) pašteta (6, 7) kolobarji svežih kumaric čaj/sok	kremna bučna juha (7) s krušnimi kockami (1-pšenica) rižota s svinjskim mesom in zelenjavo zelena solata z jajčkom (3)
12.9.2019	sirova polnozrnata štručka (1-pšenica, rž, 6, 7) češnjev paradižnik čaj/sok	paniran puranji zrezek (1-pšenica, 3) pražen krompir popečena jesenska zelenjava kumarična solata
13.9.2019	koruzna polenta alpsko mleko (7) lubenica	zelenjavna enolončnica z ječmenom (1-ječmen) jabolčni zavitek s skuto (1-pšenica, 3, 7)

Jedilnik SEPTEMBER 2019

16.9.2019	koruzni kosmiči (brez dodanega sladkorja) navadni jogurt (7) belo grozdje	gobova juha z ajdovo kašo palačinke s čokoladnim namazom (1-pšenica, 3, 6, 7)
17.9.2019 (ŠSZ)	»hot dog« štručka (1-pšenica) s hrenovko duo majoneza/kečap (3, 10) kislo zelje (ŠSZ) čaj/sok	teletina v naravni omaki (1-pšenica) kruhova rulada (1-pšenica, 3, 7) zelena solata
18.9.2019	mlečni rogljiček (1-pšenica, 7) smuti jabolko	čista juha z ribano kašo (1-pšenica, 3) metuljčki s »karbonara« omako (1-pšenica, 3, 7) zeljna solata
19.9.2019	ovseni kruh (1-pšenica, oves) šunka čaj/sok, slive	Štefani pečenka (1-pšenica, 3) pečen krompir paradižnikova solata s papriko
20.9.2019	polnozrnat kruh (1-pšenica) kisla smetana (7) marmelada čaj/sok, marelica	piščančji file v omaki z grahom in korenjem džuveč riž kumarična solata
23.9.2019	biga (1-pšenica) *bela kava (1-ječmen, 6, 7) rdeče grozdje	grahova kremna juha (7) makaronovo meso s svinjino (1-pšenica, 3) paradižnikova solata s papriko in porom
24.9.2019	*rženi kruh (1-rž) tunin namaz (4, 7) kolobarji pora, čaj	puranji zrezek v zelenjavni omaki (korenček, rdeča paprika, bučke) široki rezanci (1-pšenica, 3), zelena solata
25.9.2019	mlečni pisani kruh (1-pšenica, 7) *bio kefir (7) orehi (8)/rozine (12)	kokošja juha s fritati (1-pšenica, 3) panirane ribje palčke (1-pšenica, 3, 4) pire krompir s cvetačo (7), kitajsko zelje
26.9.2019 (ŠSZ) marelice	koruzni kruh (1-pšenica) sir mocarella (7), rezine paradižnika, čaj	piščančja obara (1-pšenica, 3) polbeli kruh (1-pšenica) skutina pecivo s sadjem (1-pšenica, 3, 7)
27.9.2019	ovseni kruh (1-pšenica, oves) kremni lešnikov namaz (6, 7, 8-lešniki) alpsko mleko (7), jabolko	govedina v čebulni omaki (1-pšenica) popečena polenta zelena solata s korenjem
30.9.2019	polbeli kruh (1-pšenica) domač skutni namaz (7) koščki zelene paprike, čaj	enolončnica s puranjim mesom in »rižekom« (1-pšenica, 3) marmorni kolač (1-pšenica, 3, 7)

PRILOGA JEDILNIKU

***bio kefir mlekarne Kele&Kele in bio jogurt Ljubljanskih mlekar,**

***lokalno: domači jogurt kmetija Krevh, med Čebelarstvo Bauer, mleko kmetije Močnik, domači kruh kmetije Bimer, eko kmetije Lešnik in kmetije Jamnik.**

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

V živilih/jedeh obstaja možnost prisotnosti alergenov v sledovih (izjema so dietni obroki, kjer so postopki priprave strogo ločeni).

Dietni obroki za otroke se pripravljajo ločeno, na osnovi zdravniškega potrdila in v skladu z internimi navodili šole. Otrokom z alergijami oz. preobčutljivostmi pripravljamo obroke z ustrezno zamenjavo jedi, ki ne vsebujejo alergenov.

Sokovi, ki so občasno pri obrokih, so 100 % in brez dodanega sladkorja. Voda je v jedilnici in na šoli vedno na razpolago.

Učenci imajo v jedilnici samopostrežni solatni bar, kjer sta dnevno na izbiro dve solati (kuhinja uporablja pri pripravi solat kise z vsebnostjo sulfita/12).

ŠSZ – evropski projekt Sheme šolskega sadja in zelenjave (financiran s strani EU in države Slovenije).

Vodja kuhinje: Slađana Kostić

Organizatorica šol. prehrane: Suzana Planšak

Priloga k jedilniku: SNOVI ALI PROIZVODI, KI POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOSTI:

V zgornjih jedeh so lahko prisotni naslednji alergeni:

1. Žita, ki vsebujejo gluten (pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut, 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 proizvodi, ki vsebujejo laktozo in mlečne beljakovine; **8.** oreški: mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija 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 sulfiti; **13.** volčji bob in proizvodi iz njega; **14.** mehkužci in proizvodi iz njih.