

Številka: 6002-1/2019-9

Jedilnik DECEMBER 2019

2.12.2019 PON	*domači kruh (1-pšenica) ribji namaz (tuna in sardelice/4, 7) rdeča paprika, čaj ŠSZ/sveže kumarice	puranji file v smetanovi omaki (7) kruhov rulada (1-pšenica, 3, 7) kitajsko zelje s koruzo/rdeča pesa
3.12.2019 TOR	koruzni kruh (1-pšenica) čokoladno lešnikov namaz (6, 7, 8- lešniki) zeliščni čaj, *jabolko	goveja juha z rezanci (1-pšenica, 3, 9) kuhana govedina krompirjeva omaka
4.12.2019 SRE	makova štručka (1-pšenica) *bio sadni kefir (7) kivi	pečena piščančja stegna (brez kože in kosti) dušen riž z zelenjavo zelenja solata z rdečim zeljem/paradižnikova solata
5.12.2019 ČET	rženi kruh (1-pšenica, rž) rezine piščančjih prsi kolobarji pora, čaj	zelenjavna juha palačinke s skuto (1-pšenica, 3, 7)
6.12.2019 PET	»Miklavž« (1-pšenica) božični čaj, mandarina ŠSZ/suho sadje (12)	segedin golaž s svinjino kuhan krompir v kosih s peteršiljem sadje
9.12.2019 PON	ovseni kruh (1-pšenica, oves) namaz iz skute (7) suha salama češnjev paradižnik, čaj	goveji golaž z dodano zelenjavo polnozrnate testenine (1-pšenica, 3) zelenja solata/rdeči radič
10.12.2019 TOR	koruzni kruh (1-pšenica) maslo (7), *med *kakav (6, 7), rezine kaki vanilja	cvetačna juha carski praženec (z rozinami/1-pšenica, 3, 7, 12)
11.12.2019 SRE	Čokoladni žepek (1-pšenica, 6, 7, 8- lešniki) čaj, hruška	pečen file ribe (4) pražen krompir zeleni radič s korenjem/fižolova solata s porom, sadje
12.12.2019 ČET	sezamova štručka (1-pšenica, 11) probiotični jogurt (7) koščki ananasa	svinjska pečenka dušen riž pisana zelenjava na maslu (7)
13.12.2019 PET	rženi kruh (1-pšenica, rž) mesno-zelenjavni namaz (3, 7, 10) kolobarji korenja božični čaj (ŠSZ melona)	piščanec v smetanovi omaki (7) kus kus z zeleno papriko in korenjem (1-pšenica) rdeča pesa/kitajsko zelje

Jedilnik DECEMBER 2019

16.12.2019 PON	koruzni kosmiči (brez sladkorja) alpsko mleko (7) grozdje	bučna kremna juha (7) rižev narastek z jabolčno čežano (3, 7)
17.12.2019 TOR	<i>*domači rženi bio kruh</i> (1-pšenica, rž) sirni namaz z zelišči (7) češnjev paradižnik ŠSZ/zelena paprika čaj	ajdove testenine v smetanovi omaki (1- pšenica, 3, 7) pečen piščančji file zelena solata/zeljna solata s korenjem
18.12.2019 SRE	<i>*domači navadni jogurt</i> (7) z <i>*medom</i> ajdov kruh (1-pšenica) mandarina	čufti v paradižnikovi omaki pire krompir s cvetačo (7) sadni jogurt (7)
19.12.2019 ČET	ržen kruh (1-pšenica, rž) pašteta »Argeta« (6, 7) kislo zelje čaj	grahova juha rižota (iz treh žit: 1-pira, ječmen) s puranjim mesom in zelenjavo rdeči radič s krompirjem/zelena solata
20.12.2019 PET	pirin kruh (1-pira, pšenica) marelični džem in kisla smetana (7) <i>*jabolko</i> božični čaj	goveji zrezek v porovi omaki njoki (1-pšenica, 3, 7) pisana zeljna solata (belo in rdeče zelje)/rdeča pesa
23.12.2019 PON	ovseni kruh (1-pšenica, oves) rezine sira (7) kivi čaj	Hamburger: lepinja (1-pšenica) mesni polpet listi zelene solate kolobarji paradižnika kečap

PRILOGA JEDILNIKU

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

**lokalno: domači jogurt kmetija Krevh, med Čebelarstvo Žvikart, mleko kmetije Močnik, domači kruh kmetije Bimer/eko kmetije Lešnik/kmetije Jamnik, jabolka in krompir Kmetijske zadruge Selnica ob Dravi.*

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 ustrežno 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 sulfidov/12).

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

Vodja kuhinje: Sladana Kostić

Organizatorica šol. prehrane: Suzana Planšak

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

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.