

2.3.2020	orehova potica (1-pšenica, 3, 7, 8-orehi) planinski čaj suhe slive in fige	kokošja juha z ribano kašo (1-pšenica, 3) makaronovo meso z zelenjavo (1-pšenica, 3) radič s krompirjem/fižolova solata
3.3.2020	*domači navadni jogurt (7) koruzni kosmiči (brez dodanega sladkorja), mandarina	ocvrta puranji zrezek (1-pšenica, 3) džuveč riž endivija s koruzo/rdeča pesa
4.3.2020	ovsena žemlja (1-pšenica, oves) poli klobasa, rezine sira (7) koščki rdeče/zelene (ŠSZ) paprike, otroški čaj	telečja obara z žličniki (1-pšenica, 3) polbeli kruh (1-pšenica) jabolčni zavitek (1-pšenica, 3, 7)
5.3.2020	*domači mešani kruh (1-rž, pšenica) maslo (7), *med bela kava (1-ječmen, 6, 7), *jabolko	pečen piščančji file mlinci s kislo smetano (1-pšenica, 3, 7) dušeno sladko zelje
6.3.2020	pirin kruh (1-pira, pšenica) sirni namaz (7) kolobarji pora, šopkov čaj	čista juha s fritati (1-pšenica, 3, 7) pečen file postrvi (4) krompirjeva solata s porom, hruška
9.3.2020	sirova štručka (1-pšenica, 7) čaj mandarina	trakci puranjega mesa v naravni omaki (1- pšenica) priloga iz 3. žit (ječmen, pira) zelenja in zeljna solata
10.3.2020	ržen kruh (1-pšenica, rž) tunin namaz s sardelicami (4, 7) rezine rumene paprike sadni čaj	enolončnica s stročjim fižolom, cvetačo in proseno kašo ajdovi štruklji z orehi (1-pšenica, 3, 7, 8- orehi), *jabolčni kompot
11.3.2020	*bio kefir (7) koruzna žemlja (1-pšenica), koščki melone	pečen piščančji file, dušeno kislo zelje slan krompir s peteršiljem
12.3.2020 ŠSZ *jabolko	polbeli kruh (1-pšenica) rezine šunke koščki zelene solate, čaj	brokolijska juha zelenjavno-mesna lazanja (1-pšenica, 3, 7) rdeča pesa/kumarična solata
13.3.2020	buhtelj z marmelado (1-pšenica, 7) kakav (6, 7), kivi	paradižnikova juha z »rižekom« (1-pšenica, 3), skutni svačji (1-pšenica, 3, 7)

*jabolčna čežana

Številka: 6002-1/2020-2

Jedilnik MAREC 2020

Jedilnik MAREC 2020

16.3.2020	štručka (1-pšenica) s hrenovko duet kečapa in majoneze (3, 10) kislo zelje, šipkov čaj	rižota s piščančjim mesom in pisano zelenjavo solata iz rdečega zelja/endivija
17.3.2020	koruzni kruh (1-pšenica) palčke sira (7) koščki paradižnika, sadni čaj	svinjska pečenka kruhova rulada (1-pšenica, 3, 7) omaka iz bučk in korenja
18.3.2020	čokolino (1-pšenica, 6, 7) rogljiček (1-pšenica) banana	segedin s puranjim mesom polenta jogurt (7)
19.3.2020	pletenka z makovim posipom (1- pšenica) kakav (6, 7) mandarina	kostna juha z zlatimi kroglicami (1- pšenica, 3, 7) špageti z mesno omako (1-pšenica, 3) paradižnikova solata s porom/rdeča pesa
20.3.2020	*eko ržen kruh (1-pšenica, rž) sirni namaz z drobnjakom (7) koščki rdeče paprike/por (šSZ) sadni čaj	lečina juha pečen file oslička v koruzni skorjici (4) pire krompir s korenjem (7) zelena solata/rdeči radič s koruzo
23.3.2020	ovseni kruh (1-pšenica, oves) kremni mlečni namaz (6, 7) bela kava (1-ječmen, 6, 7) *jabolko	pečen puranji file kus kus (1-pšenica) s pisano zelenjavo na maslu (7) zelena solata/rdeče zelje
24.3.2020	polnozrnati kruh (1-pšenica) pašteta (6, 7), koščki paprike sadni čaj	goveja juha z rezanci (1-pšenica, 3, 9) kuhana govedina pire krompir (7) kremna špinača (7)
25.3.2020	*bio sadni kefir (7) orehov rogljič (1-pšenica, 7, 8-orehi) mandarina	široki polnozrnati rezanci (1-pšenica, 3) v smetanovi omaki (7) z bučkami, papriko in koščki piščančjega mesa rdeča pesa/fižolova solata

26.3.2020	kajzerica (1-pšenica) kocka sir (3, 7) naribano zelje/korenje, čaj	čevapčiči pečen krompir zeleni radič s korenjem/endivija
27.3.2020	ajdov kruh (1-pšenica) maslo (7), jagodni džem alpsko mleko (7) suhe slive in orehi/ŠSZ	enolončnica z zelenjavo, ajdovo kašo in stročnicami rižev narastek (3, 7) *jabolčni kompot
30.3.2020	probiotični napitek (7) sezamova štručka (1-pšenica, 11) *jabolko	piščančji paprikaš polenta z dodano zelenjavo in sirom (7) domači puding (7)
31.3.2020	*domači mešani kruh (1-rž, pšenica) domač skutni namaz (7) češnjev paradižnik, čaj	čufti v paradižnikovi omaki (1-pšenica) pire krompir s cvetačo (7) krhlji pomaranče

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

**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 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: 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.