

Številka: 6002-1/2017-7

JEDILNIK OKTOBER 2017

DATUM	MALICA	Alergeni	KOSILO	Alergeni
2.10.2017 PON	Ovseni kruh (1-pšenica, oves), sirni namaz (7), polsuha salama, por, šipkov čaj	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Puranji zrezek v naravni omaki, ajdova kaša z bučkami in korenjem, kitajsko zelje	
3.10.2017 TOR	Rženi kruh (1-pšenica, rž), maslo (7), *med, alpsko mleko (7), mandarina	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Pečen file postrvi (4), krompir z blitvo, zelena solata s koruzo	4-ribe
4.10.2017 SRE	Kornšpitz (1-pšenica) s hrenovko, gorčica (10), 100 sadni % sok	1-gluten 10-gorčično seme	Cvetačna kremna juha (7), pirini peresniki (1-pšenica, pira, 3) s piščančjim mesom, zeljna solata s fižolom	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.
5.10.2017 ČET	Koruzni kosmiči (možni sledovi 1-pšenica), mleko (7), belo grozdje	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Pečen svinjski kotlet, riž, grahova omaka, rdeči radič s sesekljanimi orehi (8)	8-orehi
6.10.2017 PET	Graham kruh (1-pšenica), čičerikin namaz (7), koščki paradižnika/kolobarji kumar (ŠSZ), sadni čaj	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Gobova juha s krompirjem, domača jabolčna pita z jabolki in skuto (1-pšenica, 3, 7), kompot iz gozdnih sadežev	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.
9.10.2017 PON	Ajdov kruh (1-pšenica), rezina sira (7), paprika zelena, 100 sadni % sok	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Sesekljeni puranji zrezek, bela polenta s korenčkom in grahom, endivija	
10.10.2017 TOR	Pirin kruh (1-pšenica, pira), skutin namaz (7) z zelišči, kolobarji bučke (ŠSZ), sadni čaj, slive	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Goveja juha z zvezdicami (1-pšenica, 3), pire krompir (7) s cvetačo, špinača v omaki (1-pšenica, 7), kuhana govedina	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.
11.10.2017 SRE	Polnozrnata žemlja (1-pšenica), kuhan pršut, list zelene solate, zeliščni čaj	1-gluten	Paradižnikova juha (1-pšenica), rižev narastek (3, 7), kompot iz sliv in jabolk	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.
12.10.2017 ČET	Mlečni zdrob (1-pšenica, 7), banana	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Piščančji file prsi na žaru, zelenjava na maslu (*bio ohrovt, melancani/7), kus-kus (1-pšenica), zeljna solata	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.
13.10.2017 PET	Rženi kruh (1-pšenica, rž), kislja smetana (7), *bio paradižnik, sadni čaj, žitna rezina (1, 6, 7)	1-gluten 6-soja 7-mleko in mleč. izd.	Pečen losos (4) s sojino omako (6) in rožmarinom, ajdova kaša s paradižnikom in porom, zelena solata	4-ribe 6-soja

16.10.2017 PON	*Jogurt (lokalni/7), polnozrnata sirova štručka (1-pšenica, 7), mandarina	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Piščančja obara z vlivanci (1- pšenica, 3), jabolčni zavitek s skuto (1-pšenica, 3, 7)	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.
17.10.2017 TOR	Ovseni kruh (1-pšenica, oves), kremni lešnikov namaz (6, 7, 8), alpsko mleko (7), jabolko	1-gluten 6-soja 7-mleko in mleč. izd. 8-lešniki	Dušena govedina v zelenjavni omaki (bučke, cvetača, leča), kruhova rulada (1-pšenica, 3, 7), zelena solata	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.
18.10.2017 SRE	Sendvič s koruzno žemljo (1-pšenica) in piščančjimi prsi, *bio paradižnik, planinski čaj	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Gobova omaka s smetano (7), njoki (1-pšenica, 3, 7), rdeča pesa, puding (7)	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.
19.10.2017 ČET	Rženi kruh (1-pšenica, rž), mlečni namaz (7) z zelišči, kisle kumarice, zeliščni čaj, slive (ŠSZ)	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Puranji dunajski zrezek (1- pšenica, 3), rizi bizi, *bio endivija s fižolom	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.
20.10.2017 PET	Krof z marmelado (1- pšenica, 3, 7), nektarina, kakav (7)	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.	Kremna juha iz hokaida buč (7), krompirjeva lasanja (1-pšenica, 3), zeljna solata s čičeriko	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.
23.10.2017 PON	Čokolino s koruznimi kosmiči (1-pšenica, 7), hruška viljamovka	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Pečen svinjski file s korenjem in suhimi slivami, riž, *bio rdeči radič s koruzo	
24.10.2017 TOR	Graham kruh (1- pšenica), domač tunin namaz (4, 7), kolobarji korenja/zeleni paprika, sadni čaj	1-gluten 4-ribe 7-mleko in mleč. izd.	Mineštra s stročjim fižolom in lečo, jogurtovo domače pecivo (1-pšenica, 3, 7) z breskvami, voda z limono	1-gluten 3-jajca 7-mleko in mleč. izd.
25.10.2017 SRE	Ajdov kruh (1-pšenica), *bio kefir (7), marelica, lešniki (ŠSZ)	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Zelenjavna juha, file postrvi (4) s koruzno skorjico, krompirjeva solata s porom	4-ribe
26.10.2017 ČET	*Bio rženi kruh (1- pšenica, rž), rezina sira (7), kolobarji bučk, bio 100 % sadno zelenjavni sok	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Piščanec v sladko kisli omaki, polnozrnate testenine (1- pšenica, 3), rdeča pesa	1-gluten 3-jajca
27.10.2017 PET	Mešan kruh (1-pšenica), otročka pašteta, kisle kumarice, planinski čaj, kaki	1-gluten 7-mleko in mleč. izd.	Puranja rižota iz treh žit (riž, 1- pira, ječmen) z zelenjavo, kitajsko zelje s fižolom	1-gluten

- *bio kefir, mlekarna Kele&Kele,***
- *bio zelenjava, Eko kmetija Pušnik,***
- *med, lokalno, čebelarstvo Bauer,***
- *jogurt lokalne pridelave, kmetija Krevh,***
- *bio rženi kruh, kmetija Lešnik.***

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

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

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; **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.