

Številka: 6002-1/2025-2

Jedilnik MAREC 2025

3. 3. 2025 PON	*kruh z ovsenimi kosmiči domač čokoladni namaz z lešniki (6, 7, 8) *voda z okusom maline BIO hruška ŠSZ	špageti z bolonjsko (gov.) omako (1, 3, 9) po želji riban sir (7) zelena solata
4. 3. 2025 TOR	krof (1, 3, 7) *EKO mleko (7) jabolko	pečen piščančji zrezek IK (1) dušen riž z zelenjavo kitajsko zelje v solati
5. 3. 2025 SRE	EKO prosena kaša z orehi, *medom in banano (7, 8) kruh (1)	zelenjavna juha (9) *pečen file postrvi (4) mrzel kropir s porom
6. 3. 2025 ČET	polnozrnata štručka (1) EKO telečja hrenovka gorčica (10), list solate **pred.: 9. a sadni čaj	lečin paprikaš (1, 9) njoki (1, 3) puding z *malinovim prelivom (1, 7)
7. 3. 2025 PET	koruzni kosmiči (1) sadni tekoči jogurt IK (7) **pred.: 7. a kivi	bograč (1,9,svinj.) kruh(1) marmorni kolač (1, 3)
10. 3. 2025 PON	*bio kajzerica (1) pišč. pašteta Argeta sveže kumarice limonada z vodo	zelenjavna enolončnica s čičeriko (9) kruh (1) domač borovničev zavitek (1,3,7)
11. 3. 2025 TOR	ajdov kruh (1) * domača marmelada mlekom IK (7) SM hruška	piščančji file IK v naravni omaki EKO polširoki špinačni rezanci (1, 3) endivija s korenčkom
12. 3. 2025 SRE	mlečni riž z BIO vanilijevim mlekom (7) po želji kruh (1) banana	perutninska pleskavica maslen krompir (7) popečene bučke
13. 3. 2025 ČET	polnozrnati kruh (1, 11) sir IK (7) zeliščni čaj rezina BIO paprike ŠSZ jabolko	goveja juha z zakuho (1, 3, 9) **pred.: 6. a, 7. a kuhana govedina krompirjeva omaka
14. 3. 2025 PET	pirin kruh (1) domači mesni namaz (7) čaj mandarina	*polnozrnati svedrčki s tunino omako (1, 3, 4) zeljna solata in stročnice *100 % domač jabolčni sok

17. 3. 2025 PON	mlečni usukanec z mlekom IK (7) posip (6, 8) banana	makaronovo meso (1, 3, svinj.) zeljna solata s fižolom *100 % domač jabolčni sok
18. 3. 2025 TOR	mešan kruh (1) domači proteinski namaz iz sardin (4, 7) zeliščni čaj z medom* *jabolko	piščančja IK obara z žličniki (1, 3, 7, 9) kruh (1) ajdovi štruklji z lešnikovo kremo (1, 8) kompot
19. 3. 2025 SRE	biga (1, 7) *sadni BIO kefir (7) mandarina	čista goveja juha z zakuho (1, 3, 9) rižota s puranjim mesom in zelenjavo (9) kumarična solata
20. 3. 2025 ČET	*domači kruh (1) poli salama IK rezina korenčka ŠSZ čaj z limono	ričet brez mesa (1) ali z mesom (svinj.) **pred.: 6. a kruh (1) (sadni) jogurt (7)
21. 3. 2025 PET	koruzni kruh (1) mlečni namaz IK (7) melona vitaminski napitek z vodo **pred.: 7. a	losos z rožmarinom (4) **pred.: 9. a, 6. a kuhan krompir s peteršiljem mešana solata
24. 3. 2025 PON	*polnozrnat kruh (1,11) šunka (svinj.) skuta* SM češnjev paradižnik čaj	cvetačna juha (1, 7, 9) pirini tortelini s sirovim nadevom v omaki (1, 3, 7, svinj.) zelena solata
25. 3. 2025 TOR	pisan kruh (1) *EKO domač vanilijev jogurt (7) hruška	enolončnica s piščančjim IK mesom in lečo (1, 9) kruh (1) domače pecivo s sadjem (1, 3)
26. 3. 2025 SRE	sezamova pletenka (1, 3, 7) smutie *jabolko ŠSZ	lazanja (1, 3, 7, svinj.) zelena solata z jajčko (3)
27. 3. 2025 ČET	temni francoski rogljič (1, 3, 7) bela kava (1,6,7) oreščki	EKO goveji golaž (1, 9) polenta (1) zeljna solata s fižolom
28. 3. 2025 PET	polbeli kruh (1) medeni namaz (7) čaj grozdje	pečen file postrvi (1, 4) pire krompir (7) solata
31. 3. 2025 PON	čokolešnik z *domačim BIO mlekom in ovsenimi kosmiči (1, 6, 7, 8) melona	boranja z EKO govejim mesom (1, 9) bela polenta (1) motovilec

** predlagali učenci

- ✓ Voda je v jedilnici in na šoli vedno na razpolago (pitniki). Sokovi, ki so občasno pri obrokih, so 100 % in brez dodanega sladkorja.
- ✓ Dodatno: sveže sadje vsak dan na voljo tudi na hodnikih.

PRILOGA JEDILNIKU

Izdelki, označeni z zvezdico (), so lokalne pridelave in/ali imajo certifikat izbrane kakovosti.*

ŠSZ, SM – evropski projekt Sheme šolskega sadja in zelenjave ter mleka in mlečnih izdelkov (financiran s strani EU in države Slovenije).

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).

V kuhinji uporabljajo pri pripravi solat kise z vsebnostjo sulfita (12).

Ocvrta živila se pripravljajo v konvekcijski pečici brez olja.

Dietni obroki za učence se pripravljajo na osnovi zdravniškega potrdila, postopki priprave so strogo ločeni in v skladu z internimi navodili šole. Učencem z alergijami oz. preobčutljivostmi pripravljamo obroke z ustrezno zamenjavo jedi, ki ne vsebujejo alergenov.

Vodja kuhinje: Marija Pačnik

Organizatorica šol. prehrane: Barbara Miler

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.** Oreščki: 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.