



JEDILNIK – OKTOBER 2019



DATUM	ZAJTRK	DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
torek, 1. 10. 2019	graham kruh ¹ tamar namaz ⁷ sadni čaj	polnozrnat kruh ¹ puranje prsi v ovitku sadni čaj	cvetačina juha lazanja ^{1,3,7} solata	ovseni kruh ¹ rezina sira ⁷
sreda, 2. 10. 2019 ŠPORTNI DAN	pšenični zdrob ¹ BIO mleko ⁷ slive	sirova štručka ^{1,7} jabolko	korenčkova juha zelenjavna rižota rdeča pesa	koruzni kruh ¹ sadna skuta ⁷
četrtek, 3. 10. 2019	koruzni kruh ¹ kuhan pršut kisle kumare sadni čaj	ovseni kruh ¹ skutin namaz s papriko ⁷ BIO mleko ⁷	piščančji zrezki v vrtnarski omaki kus kus ¹ zelena solata s koruzo	pletanka z rozinami ¹ hruška
petek, 4. 10. 2019	črni kruh ¹ čičerikin namaz kakav ⁷	polnozrnat kruh ¹ mozarela ⁷ paradižnik zeliščni čaj	česnova juha file postrvi v koruznem ovoju ³ krompirjeva solata	polbeli kruh ¹ kislo mleko ⁷
ponedeljek, 7. 10. 2019 vege	rženi kruh ¹ rezina edamca ⁷ paprika sadni čaj	mlečni kruh ^{1,7} med maslo ⁷ bela kava ⁷	zelenjavna enolončnica jogurtovo pecivo ^{1,3,7}	jogurtovo pecivo ^{1,3,7} jabolko
torek, 8. 10. 2019	domači kruh ¹ namaz iz sardelic ⁴ kisle kumare sadni čaj	polbeli kruh ¹ pečena jajca ³ čaj	čista juha z ribano kašo ¹ svinjska pečenka pražen krompir zelena solata s papriko	črni kruh ¹ sadna skuta ⁷
sreda, 9. 10. 2019	ajdov kruh ¹ skutin namaz ⁷	pirin kruh ¹ edamec ⁷	zelenjavna juha s perutnino	mešani kruh ¹ Aljaževa klobasa

	planinski čaj	paprika BIO mleko ⁷	krompirjevi cmoki ^{1,3} z borovničevim nadevom zelena solata	kumare
četrtek, 10. 10. 2019	mešani kruh ¹ kisla smetana ⁷ marmelada sadni čaj	polnozrnati kruh ¹ šunka kisle kumare čaj	korenčkova juha makaronovo meso rdeča pesa	ovseni kruh ¹ sadni jogurt ⁷
petek, 11. 10. 2019	koruzni kruh ¹ Aljaževa klobasa paradižnik sadni čaj	ovseni kruh ¹ tunin namaz ⁴ sveža paprika sadni čaj	bučkina juha goveji zrezek v lovski omaki krompirjevi svaljki ^{1,3} zelena solata	ajdov kruh ¹ banana
ponedeljek, 14. 10. 2019	graham kruh ¹ kuhan pršut kisle kumare sadni čaj	mešani kruh ¹ kisla smetana ⁷ marmelada čaj	cvetačna juha zeljne krpice solata	polnozrnati kruh ¹ puranje prsi v ovitku kisle kumare
torek, 15. 10. 2019	makova pletenica ¹ sadni jogurt ⁷	koruzni kruh ¹ piščančje prsi v ovitku paradižnik čaj	goveja juha z zakuho ¹ kremna špinača pire krompir ⁷ kuhana govedina	graham kruh ¹ sadni kefir ⁷
sreda, 16. 10. 2019	koruzni kruh ¹ edamec ⁷ paprika BIO mleko	rženi kruh ¹ ribji namaz ⁴ čaj	boranja z govejim mesom ovseni kruh ¹ sadna solata ⁷	pirina žemlja ¹ sadna solata ⁷
četrtek, 17. 10. 2019	polbeli kruh ¹ zeliščno maslo ⁷ sadni čaj	graham bombetka ¹ jogurt ⁷	gobova juha pečen piščanec rizi-bizi rdeča pesa	ovseni kruh ¹ ribji namaz olive
petek, 18. 10. 2019	koruzni kruh ¹ pečena jajca ³ sadni čaj	pirin kruh ¹ medeni namaz ⁷ kakav ⁷	brokolijeva kremna juha oslič po tržaško maslen krompir solata s korenčkom	kvašen rogljiček ^{1,7} jabolko

ponedeljek, 21. 10. 2019	koruzni kruh ¹ mocarela ⁷ paradižnik BIO mleko ⁷	ovseni kruh ¹ kuhan pršut čaj	paradižnikova juha loparnica z zelenjavno mesno omako	polnozrnata žemljica ¹ kefir ⁷
torek, 22. 10. 2019	mešani kruh ¹ pečen pršut sadni čaj	črni kruh ¹ namaz iz sardelic ⁴ kisle kumare čaj	korenčkova juha mesna rižota zelenja solata s koruzo	polnozrnata žemljica ¹ probiotični jogurt ⁷
sreda, 23. 10. 2019	mlečni riž s cimetom in rozinami ⁷ BIO mleko ⁷	rženi kruh ¹ jajčni namaz ³ sadni čaj	juha puranji zrezki v naravni omaki njoki ^{1,3} zelenja solata	ajdov kruh čičerikin namaz paprika
četrtek, 24. 10. 2019	ovseni kruh ¹ grahov namaz paradižnik sadni čaj	koruzni kosmiči BIO mleko ⁷	zelenjavna enolončnica skutini štruklji ^{1,3,7} jabolčni kompot	skutini štruklji ^{1,3,7} jabolčni kompot
petek, 25. 10. 2019	polnozrnati kruh ¹ puranje prsi v ovitku kislo zelje sadni čaj	makova štručka ¹ kakav ⁷	goveji golaž polenta jogurt ⁷	polenta BIO mleko ⁷
ponedeljek, 28. 10. 2019	jesenske počitnice			
torek, 29. 10. 2019	jesenske počitnice			
sreda, 30. 10. 2019	jesenske počitnice			
četrtek, 31. 10. 2019	PRAZNIK- dan reformacije			

Učenci imajo čez cel dan na voljo jabolka in vodo. Šola sodeluje v Shemi šolskega sadja in mleka. Zaradi različnih dejavnikov, ki lahko vplivajo na dobavo in pripravo hrane ter organizacije dela, si pridružujemo pravico do sprememb jedilnika. V sodelovanju s Komisijo za prehrano jedilnik pripravlja organizatorica prehrane, Barbara Ozbič Kirijakopulos, univ.dipl.inž.živil.tehnol.. Na spletni strani vrtca je objavljeno obvestilo »Alergeni v živilih«, podrobnejše informacije o alergenih v živilih prejmete na tablah ob oglasni deski ali na telefonski številki 02/444-11-87.

Skladno z Uredbo (ES) št. 1169/2011 in Uredbo o izvajanju uredbe (EU) (Uradni list RS, št. 6/14) ima šola izdelan seznam jedi z označenimi snovmi, ki lahko povzročajo alergije ali preobčutljivosti.

Seznam alergenov:

1. Žita, ki vsebujejo gluten, zlasti: pšenica (npr. pira in horasan), rž, ječmen, oves ali njihove križane vrste, in proizvodi iz njih, razen:

- (a) glukočnih sirupov na osnovi pšenice, vključno z dekstrozo;
- (b) maltodekstrinov na osnovi pšenice ;
- (c) glukočnih sirupov na osnovi ječmena;
- (d) žit, ki se uporabljajo za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora;

2. raki in proizvodi iz njih;

3. jajca in proizvodi iz njih;

4. ribe in proizvodi iz njih, razen:

- (a) ribje želatine, ki se uporablja kot nosilec za vitamine ali karotenoide;
- (b) ribje želatine ali želatine iz ribjih mehurjev, ki se uporablja kot sredstvo za bistrenje piva in vina;

5. arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih;

6. zrnje soje in proizvodi iz njega, razen:

- (a) popolnoma rafiniranega sojinega olja in maščob);
- (b) naravnih zmesi tokoferola (E306), naravnega D-alfa-tokoferola, naravnega D-alfa-tokoferol acetata, naravnega D-alfa-tokoferol sukcinata iz soje;
- (c) rastlinskih sterolov in estrov rastlinskih sterolov iz sojinega olja;
- (d) rastlinskih estrov stanola, proizvedenih iz sterolov iz sojinega olja;

7. mleko in mlečni proizvodi (ki vsebujejo laktozo), razen:

- (a) sirotke, ki se uporablja za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora;
- (b) laktitola;

8. oreški, in sicer mandlji (*Amygdalus communis* L.), lešniki (*Corylus avellana*), orehi (*Juglans regia*), indijski oreščki (*Anacardium occidentale*), ameriški orehi (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), brazilski oreščki (*Bertholletia excelsa*), pistacija (*Pistacia vera*), makadamija ali orehi Queensland (*Macadamia ternifolia*) ter proizvodi iz njih, razen oreškov, ki se uporabljajo za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora;

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 v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂, ki se izračunajo za proizvode, ki so pripravljene za uživanje ali obnovljeni v skladu z navodili proizvajalcev;

13. volčji bob in proizvodi iz njega;

14. mehkužci in proizvodi iz njih.