

## JEDILNIK OŠ MALA NEDELJA – oktober 2022 (3.10.- 7.10.)

DATUM	DOPOLDANSKA MALICA	SADNA MALICA	KOSILO
<b>PONEDELJEK</b> <b>3.10.</b>	KRUH (POLNOZRNATI), ŠUNKA, SIR, ZELENA PAPRIKA, ČAJ (1,7)	PRESENEČENJE	GOBOVA JUHA, <b>BIO PROSENA KAŠA</b> Z MLETIM MESOM IN ZELENJAVO, ZELJNA SOLATA (12)
<b>TOREK</b> <b>4.10.</b>	KRUH, KROMPIRJEVA JUHA (1,7)	JABOLKO	RIČETOVA JUHA, SKUTINI ŠTRUKLJI, KOMPOT (1,3,7)
<b>SREDA</b> <b>5.10.</b>	KRUH (STOLETNI), RIBJI NAMAZ (TUNA), OLIVE, ČAJ (1,4,7,12)	NEKTARINE	ZELENJAVNA JUHA, <b>EKO GOVEJI ZREZKI</b> V ČEBULNI OMAKI, RIŽ, ZELENA SOLATA S KORUZO (1,7,12)
<b>ČETRTEK</b> <b>6.10.</b>	ŠMORN Z MARMELEDO, BELA KAVA (1,3,7)	SLIVE	OHROVTOVA JUHA, PEČEN PIŠČANČJI FILE, PEČEN KROMPIR, SOLATA S FIŽOLOM (1,3,7)
<b>PETEK</b> <b>7.10.</b>	ŽEMLJA, NAMAZ IZ PAPRIKE (LIPAVER), PIŠČANČJE PRSI, LIST SOLATE, ČAJ (1,3,7)	MEŠANO SADJE	BUČNA (HOKAIDO) JUHA, RIBE (LOSOS ATLANTSKI) V SMETANOVI OMAKI Z BROKOLIJEVIM IN KORENČKOM, POLNOZRNATI PIRINI KLOBUČKI (1,3,4,7)

V OKLEPAJU SO ALERGENI PRISOTNI V DOLOČENEM OBROKU, KI LAHKO POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOSTI:

1 - Žita, ki vsebujejo gluten (a-pšenica, b-rž, c-ječmen, d-oves, e-pira, f-kamut), 2 - Raki, 3 - Jajca, 4 - Ribe, 5 - Arašidi, 6 - Zrnje soje, 7 - Mleko, 8 – Oreščki (a-oreh, b-mandlji, c-lešniki), 9 - Listna zelena, 10 - Gorčično seme, 11 - Sezamovo seme, 12 -Žveplov dioksid in sulfiti, 13 – Volčji bob, 14 - Mehkužci

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

## JEDILNIK OŠ MALA NEDELJA – oktober 2022 (10.10.-14.10.)

DATUM	DOPOLDANSKA MALICA	SADNA MALICA	KOSILO
<b>PONEDELJEK</b> <b>10.10.</b>	KRUH (ČRNI), LEČIN NAMAZ, KUMARICE, ČAJ (1,7)	HRUŠKE	ŠPINAČNA JUHA, MAKARONADA (POLNOZRNATE TESTENINE) S PURANJIM MESOM, SOLATA Z ZELJEM(1,3,7,9)
<b>TOREK</b> <b>11.10.</b>	KRUH (POLNOZRNATI), SALAMA, PARADIŽNIK, MLEKO(1,7)	<u>JABOLKO</u>	PIŠČANČJA JUHA, PEČENA PIŠČANČJA BEDRA, MLINCI, RDEČA PESA (1,3,9,12)
<b>SREDA</b> <b>12.10.</b>	ŠTRUČKA (AJDOVA), SKUTA, MARMELADA, ČAJ Z MEDOM IN LIMONO (1,7)	OREHI (8)	ZELENJAVNA JUHA, RIŽOTA S SVINJSKIM MESOM IN ZELENJAVO, SOLATA S FIŽOLOM (1,3,7,12)
<b>ČETRTEK</b> <b>13.10.</b>	KRUH, TOPLJENI SIR, POSEBNA PIŠČANČJA SALAMA, KORENČEK, ČAJ (1,6,7)	BANANA	ENOLONČNICA S ČIČERIKO, KRUH (ČRNI), MEDENJAK, LIMONADA (1,3,7,9)
<b>PETEK</b> <b>14.10.</b>	MLEČNO: OVSENI KOSMIČI Z GOZDNIMI SADEŽI (1,7)	SADJE	KOSTNA JUHA, RIBE (PANIRAN OSLIČ), KROMPIRJEVA SOLATA Z ZELJEM (1,3,4,7)

**V OKLEPAJU SO ALERGENI PRISOTNI V DOLOČENEM OBROKU, KI LAHKO POVZROČAJO ALERGIJE ALI PEOBČUTLJIVOSTI:**

**1 - Žita, ki vsebujejo gluten (a-pšenica, b-rž, c-ječmen, d-oves, e-pira, f-kamut), 2 - Raki, 3 - Jajca, 4 - Ribe, 5 - Arašidi, 6 - Zrnje soje, 7 - Mleko, 8 – Oreščki (a-oreh, b-mandlji, c-lešniki), 9 - Listna zelena, 10 - Gorčično seme, 11 - Sezamovo seme, 12 -Žveplov dioksid in sulfiti, 13 – Volčji bob, 14 - Mehkužci**

**V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.**

## JEDILNIK OŠ MALA NEDELJA - oktober 2022 (17.10.- 21.10.)

DATUM	DOPOLDANSKA MALICA	SADNA MALICA	KOSILO
<b>PONEDELJEK</b> <b>17.10.</b>	KRUH (PIRIN), RIBJI NAMAZ (SARDINE) Z DROBNJAKOM, RDEČE ZELJE V LISTIČIH, ČAJ (1,4,7)	<u>JABOLKO</u>	ČESNOVA JUHA, PIŠČANČJA NABODALA, KUSKUS (POLNOZRNATI) S KORENČKOM, RDEČE ZELJE+ RJAVA LEČA (1,3,12)
<b>TOREK</b> <b>18.10.</b>	MLEČNO: <u>BIO PIRIN ZDROB</u> S KAKAVOVIM POSIPOM (7)	GROZDJE	ZELENJAVNA JUHA, PLESKAVICA, PEČEN KROMPIR, AJVAR, PARADIŽNIK/ČEBULA (7,9)
<b>SREDA</b> <b>19.10.</b>	KRUH (POLNOZRNATI), KOKOŠJA PAŠTETA, KISLE KUMARICE, JOGURT (1,3,7)	HRUŠKA	<u>EKO GOVEJA JUHA</u> Z ZAKUHO, <u>EKO KUHANNA GOVEDINA</u> , PIRE, ŠPINAČA (1,3,7)
<b>ČETRTEK</b> <b>20.10.</b>	KVASENICA, KAKAV (1,7)	POMARANČA	GRAHOVA JUHA Z ZLATIMI KROGLICAMI, PEČENE RIBE (BRANCIN FILE), <u>BIO AJDOVA KAŠA</u> , SOLATA S KORUZO (1,3,4,7,9,12)
<b>PETEK</b> <b>21.10.</b>	ŠTRUČKA (RŽENA), PEČENA JAJCA S POROM, ČAJ Z LIMONO (1,3,7)	SADJE	ENOLONČNICA: : SEGEDIN S SVINJSKIM MESOM, <u>BIO POLENTA</u> , MUFFIN (1,3,7,9)

V OKLEPAJU SO ALERGENI PRISOTNI V DOLOČENEM OBROKU, KI LAHKO POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOSTI:

1 - Žita, ki vsebujejo gluten (a-pšenica, b-rž, c-ječmen, d-oves, e-pira, f-kamut), 2 - Raki, 3 - Jajca, 4 - Ribe, 5 - Arašidi, 6 - Zrnje soje, 7 - Mleko, 8 - Oreščki (a-oreh, b-mandlji, c-lešniki), 9 - Listna zelena, 10 - Gorčično seme, 11 - Sezamovo seme, 12 - Žveplov dioksid in sulfiti, 13 - Volčji bob, 14 - Mehkužci

## JEDILNIK OŠ MALA NEDELJA – oktober 2022 (24.10.- 28.10.)

DATUM	DOPOLDANSKA MALICA	SADNA MALICA	KOSILO
<b>PONEDELJEK</b> <b>24.10.</b>	KRUH (POLNOZRNATI), ČIČERIKA NAMAZ, RDEČA PAPRIKA, ČAJ (1,7)	JABOLKO/ KORENČEK	PIŠČANČJA RAGU JUHA, MAKOVE TESTENINE, KOMPOT (1,3,7,12)
<b>TOREK</b> <b>25.10.</b>	HOT DOG S PIŠČANČJO HRENOVKO, GORČICA, ČAJ (1,10,7)	BANANA	KOSTNA JUHA, GOVEDINA STROGANOV, NJOKI (POLNOZRNATI), PARADIŽNIKOVA SOLATA (1,12)
<b>SREDA</b> <b>26.10.</b>	ŠTRUČKA (POLNOZRNATA), ČOKOLADNI NAMAZ, MLEKO (1,7)	MELONA	ZELENJAVNA JUHA, PEČEN PIŠČ.FILE, RIZI BIZI, RDEČA PESA (1,3,9,12)
<b>ČETRTEK</b> <b>27.10.</b>	KRUH (RŽENI), KUHAN PRŠUT, PARADIŽNIK, ČAJ (1,7)	HRUŠKA	SESEKLJAN ZREZEK, ZELENJAVNA OMAKA, ŠIROKI REZANCI (POLNOZRNATI), ZELENA SOLATA (1,3,7)
<b>PETEK</b> <b>28.10.</b>	KORUZNI KOSMIČI Z <u>LOKALNIM</u> <u>MLEKOM</u> (7)	SADJE	FIŽOLOVA MINEŠTRA BREZ MESA S KROMPIRJEM, JABOLČNI ZAVITEK (1,3,7)

V OKLEPAJU SO ALERGENI PRISOTNI V DOLOČENEM OBROKU, KI LAHKO POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOSTI:

1 - Žita, ki vsebujejo gluten (a-pšenica, b-rž, c-ječmen, d-oves, e-pira, f-kamut), 2 - Raki, 3 - Jajca, 4 - Ribe, 5 - Arašidi, 6 - Zrnje soje, 7 - Mleko, 8 – Oreščki (a-oreh, b-mandlji, c-lešniki), 9 - Listna zelena, 10 - Gorčično seme, 11 - Sezamovo seme, 12 - Žveplov dioksid in sulfiti, 13 – Volčji bob, 14 - Mehkužci

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

Na jedilniku so **ekološka živila** označena z **zeleno barvo**, živila, ki jih vključujemo v jedilnik od **lokalnih dobaviteljev** pa so podčrtana.

Šola dietne obroke za učence pripravlja ločeno na osnovi **potrdila medicinsko indicirani dieti**, ki jo predpiše specialist pediater in v skladu z internimi navodili šole. Učencem, ki so na posamezne alergene občutljivi, pripravljamo obroke z ustrezno zamenjavo jedi.

Ravnateljica: Breda Žunič

Organizatorica prehrane: Simona Mate