

JEDILNIK ZA SEPTEMBER 2023 (OŠ MALA NEDELJA)

DAN	MALICA		KOSILO
PETEK 1.9.	HOT DOG, SOK (1,7)	SADJE	ZELENJAVNA JUHA, PIŠČANČJI PAPRIKAŠ, NJOKI, ZELENA SOLATA Z LEČO (1,7,3,12)
PONEDELJEK 4.9.	KRUH (S SEMENI), KUHAN PRŠUT, BIO KISLE KUMARICE , ČAJ (1,7)	BRESKEV	KOSTNA JUHA Z ZVEZDICAMI IN GRAHOM, PURANJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI, KUSKUS S KORENČKOM, ZELENA SOLATA (1,3)
TOREK 5.9.	KORUZNI KOSMIČI S TOPLIM <u>LOKALNIM MLEKOM</u> (1,7)	LUBENICA, OREHI (8)	OHROVTOVA JUHA, PEČEN PANIRAN OSLIČ, TESTENINSKA SOLATA Z ZELENJAVO, SLADOLED (1,3,7,4)
SREDA 6.9.	KUHANA JAJCA, POLBELI KRUH, ČAJ, PARADIŽNIK (1,3)	ZELENJAVA	KUHANA BIO GOVEDINA , ŠPINAČA, PIRE, SLADOLED (1,7)
ČETRTEK 7.9.	PIZZA, BIO JOGURT (1,7)	GROZDJE	GOVEJA JUHA , PEČENA PIŠČANČJA BEDRA, BIO AJDOVA KAŠA , PARADIŽNIKOVA SOLATA S ČIČERIKO
PETEK 8.9.	SARDELNI NAMAZ, <u>RŽENI KRUH</u> , SLADKI FEFERONI/OLIVE, ZELIŠČNI ČAJ (1,4,7)	SADJE	FIŽOLOVA JUHA, ŠIROKI REZANCI (1/2 POLNOZRNATIH) Z OREHI, MEŠANI KOMPOT (1,3,8,7)
PONEDELJEK 11.9.	BIO MLEKO , SKUTNA BLAZINICA (1,7)	ANANAS	LEČINA JUHA, SV.ZREZEK PO PARIŠKO, RIZI BIZI, PARADIŽNIK, PAPRIKA, KUMARICE V SOLATI (9,3,12)
TOREK 12.9.	MLEČNI BIO PIRIN ZDROB S KAKAVOVIM POSIPOM (1,7)	SADJE, ZELENJAVA	TELEČJA OBARA Z AJDOVIMI ŽLIČNIKI IN CVETAČO, OVSENI KRUH, SLADICA (1,3,7)
SREDA 13.9.	KRUH, ČIČERIKIN NAMAZ Z BUČNIMI SEMENI, RDEČA PAPRIKA, ČAJ (1,7)	SADJE	JUHA IZ HOKAIDO BUČE, NJOKI Z BROKOLIJEVIM IN PURANJIMI KOCKAMI, ZELENA SOLATA
ČETRTEK 14.9.	BIO JOGURT , MUSLI (1,7)	SADJE, ZELENJAVA	BROKOLIJEVA JUHA, PIŠČANČJA PRSA NA ŽARU, KORENJE NA MASLU, BIO AJDOVA KAŠA , ZELJEVA SOLATA S FIŽOLOM (7, 12)

PETEK 15.9.	GRAHAM KRUH, PIŠČANČJA SALAMA-PRSA, ZELENJAVA, ČAJ Z LIMONO (1)	SADJE, LEŠNIKI (8)	ŠPINAČNA JUHA, PEČEN LOSOS, PEČEN KROMPIR, PARADIŽNIKOVA SOLATA (4,12)
PONEDELJEK 18.9.	NAVADNI BIO JOGURT , JABOLČNI BUREK (1,7)	ZELENJAVNI MIX	PIŠČANČJA NABODALA, PEČEN KROMPIR, AJVAR, SVEŽE PAPIRIKE, PARADIŽNIKI
TOREK 19.9.	KORUZNI KRUH, RIBJI NAMAŽ, RAZREDČEN POMARANČNI SOK, REDKVICA (1,4,7)	SADJE	ENOLONČNICA: SLADKO ZELJE Z BIO GOVEDINO , ČRNI KRUH, PALAČINKE/ MUFFIN (1,3,7)
SREDA 20.9.	ŽITNA KAVA, KRUH, KUHANA ŠUNKA, ZELENJAVA (1,7)	JABOLKO	MILIJON JUHA, RIŽOTA S SVINJSKIM MESOM IN ZELENJAVO, NARIBAN SIR, SOLATA IZ STROČJEGA FIŽOLA IN ČESNA (1,7)
ČETRTEK 21.9.	MLEČNA BIO PROSENA KAŠA S SUHIMI SLIVAMI (7)	MIX ZELENJAVA	ČUFTI V PARADIŽNIKOVI OMAKI, PIRE KROMPIR, BIO RDEČA PESA (1,7)
PETEK 22.9.	SIROVA ŠTRUČKA, ZELENJAVA, BIO KEFIR (1,7)	SADJE	KOLERABINA JUHA, PEČENA RIBA (KAPSKI FILE), ZELJEVA SOLATA S KROMPIRJEM (1,3,7,4)
PONEDELJEK 25.9.	BIO MLEKO , PIRIN POLNOZRNATI KRUH, BIO MASLO , MED (1,7)	JABOLKO	PARADIŽNIKOVA JUHA Z RIBANO KAŠO, BIO AJDOVA KAŠA Z MLETIM MESOM IN ZELENJAVO, ZELENA SOLATA S KORUZO (12,1,3)
TOREK 26.9.	ŠTRUČKA S HRENOVKO, GORČICA, ČAJ (1,7,10)	SADJE	GRAHOVA JUHA, KANELONI, PIRE, BLITVINA OMAKA (1,3,7)
SREDA 27.9.	RŽENI KRUH, LIPTAVER, BIO VLOŽENE KUMARICE , ČAJ (1,3,7)	SADJE	ENOLONČNICA : RIČET S TELEČJIMI KOCKAMI, KRUH, SLADICA (1,3,7)
ČETRTEK 28.9.	TUNA, SVEŽA ZELENJAVA, OVSENI KRUH, ČAJ Z LIMONO (3,1)	SADJE	GOBOVA JUHA Z AJDOVO KAŠO IN JURČKI, SKUTINI ŠTRUKLJI Z DROBTINAMI, SOK (1,7)
PETEK 29.9.	KROMPIRJEVO PECIVO Z OCVRKI, SADNI SOK (1,7)	ZELENJAVNI MIX	CVETAČNO-OHROVTOVA JUHA, POLNOZRNATI ŠPAGETI S PARADIŽNIKOVO OMAKO IN GRAHOM ALI TUNO, NARIBAN SIR, BIO RDEČA PESA (1,3,7,4)

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

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 – Oreški (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

Pripravila Simona Mate, 8-2023