

JEDILNIK DECEMBER 2023



DAN	DATUM	ZAJTRK		MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK	4.12.	čaj, omleta, sadje		čaj, rženi kruh, sir, paprika in paradižnik	grahova juha, makaronovo piščancje meso, zelje v solati	sadna kupa, sojin hrustavec
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, jajca		gluten-rž, pšenica, mleko	gluten-pšenica, jajca, mleko	gluten.pšenica, soja, sezam,mleko
TOREK	5.12.	jogurt, žemlja, sadje		čaj, graham kruh, ribji namaz, solata	špinačna juha, pečenica, kislo zelje, pražen krompir, pomaranča	čaj, kruh, piščancje prsi, zelenjava
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko		gluten-pšenica, riba, mleko, soja	mleko, gluten-ječmen, jajca	gluten-pšenica
SREDA	6.12.	mleko, koruzni kosmiči, sadje		kakav, miklavž, hruška	govedina stroganov, kruhove rezine, rdeča pesa, kivi	čaj, polnozrnata štručka s sezamom, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko		gluten-pšenica, mleko, jajca	gluten-pšenica, mleko, gorčično seme, listna zelena	gluten-pšenica,sezam, mleko
ČETRTEK	7.12.	čaj, kruh, zeliščni namaz, sadje		mlečna prosena kaša s posipom, pirini keksi, mandarina	lečina juha, svinjski zrezek v naravni omaki, zdrobov cmok, solata kristalka	čaj, kruh, jajčni namaz, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, citrusi		gluten-pšenica, pira, mleko, soja, sezam, oreški	gluten-pšenica, jajca, mleko, soja	gluten-pšenica, jajce, mleko
PETEK	8.12.	kakav, makovka, sadje		limonada, ovseni kruh, čičerikin namaz s fižolom, jabolka, EU:korenje	koruzna juha, pečen brancin, kvinoja, paradižnikova solata, žitna ploščica	čaj, kruh, sirni namaz, sadje
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, soja		citrusi, gluten-oves	mleko, riba, gluten-pšenica, soja, lešniki	gluten.pšenica, mleko
PONEDELJEK	11.12.	čaj, kruh, piščancje prsi ,sadje		domač sadni jogurt, mešani kosmiči, hruška	golaževa juha, skutini štruklji z borovničevim prelivom, kivi	čaj, kruh, čičerikin namaz, zelenjava
	ALERGENI	gluten-pšenica		mleko, gluten-pšenica, soja	gluten.pšenica, jajca, mleko	gluten, mleko
TOREK	12.12.	mleko s polento, sadje		piščancjo – zelenjavna obara, žemlja z otrobi, jabolko	juha z ribano kašo, telečja pečenka z omako, pirini svaljki, endivja s koruzo	smuti, žemlja
	ALERGENI	mleko, gluten-pšenica		gluten-pšenica, mleko	citrusi, gluten-pšenica, pira, jajca, mleko	gluten-pšenica, mleko
SREDA	13.12.	čaj, kruh, medeni namaz, sadje		100% jabolčni sok, koruzni kruh, domač bučni namaz, banana	česnova juha, mesna lazanja, rdeča pesa	čaj, pletenica, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, med		gluten-pšenica, mleko, citrusi	gluten-pšenica, jajce, mleko	gluten-pšenica, mleko, orehi
ČETRTEK	14.12.	kakav, polnozrnata štručka, banana		limonada, rženi kruh, mesno-zelenj. namaz, solata, EU:jabolko	zelenjavna juha, svinjska ribica, kus-kus, radič v solati s fižolom	sadni jogurt, žemljica, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko		citrusi, gluten-rž, soja	mleko, gluten-pšenica	gluten-pšenica, mleko
PETEK	15.12.	mlečna prosena kaša, sadje		čaj, buhtelj, mandarina	bučna juha, pečena postrv, blitva s krompirjem, jabolko	čaj, kruh, rezina sira, zelenjava
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-proso, pšenica, mleko		gluten-pšenica, mleko, jajca, lešniki, soja	mleko, riba, listna zelena, gluten-pšenica	gluten-pšenica, mleko
PONEDELJEK	18.12.	čaj, kruh, hrenovka, sadje		domač sadni kefir, pisana pletenica, banana	gobova juha, pečen piščanec, mlinci, endivja s koruzo	čaj, kruh, čokoladni namaz, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, soja		mleko-pšenica, gluten, soja	gluten-pšenica, mleko, jajca, soja	mleko, gluten-pšenica, lešniki, soja
TOREK	19.12.	čaj, kruh, zeliščni namaz, sadje		čaj, polnozmatna štručka, piščancja prsa, paradižnik, EU:korenje	brokolijeva juha, pirine testenne z bolonjsko omako, zelje v solati	jabolčna čežana, žemlja
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, citrusi		gluten-pšenica	gluten-pira mleko, jajce	gluten-mleko, mleko
SREDA	20.12.	čaj, makova potička, sadje		mleko, polenta, banana, jabolčni krhliji	korenčkova juha, pečen losos, špinača, pražen krompir, hruška	domač puding, sadje
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, jajca, lešniki, orehi		gluten-pšenica, mleko	mleko, riba, gluten-gluten	mleko
ČETRTEK	21.12.	čaj, kruh, EKO jajčka, sadje		čaj, medeni namaz, kruh iz kmečke peči, jabolko	cvetačna juha, rižota z mesom, kitajsko zelje	pasirana sadna skuta, žemljica, sadje
	ALERGENI	gluten, jajce		gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, mleko
PETEK	22.12.	čaj, kruh, rezina sira, zelenjava		čaj, ovseni kruh, tunin namaz, solata	bombetka, pleskavica, zelenjava, kečap, 100 % jabolčni sok	čaj, kruh, pica, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko		gluten-oves, riba, mleko	gluten-pšenica, jajca, mleko, sezam	gluten-pšenica, mleko

LEGENDA	Stročnice so hranilno izjemno bogata živila, saj poleg kompleksnih ogljikovih hidratov vsebujejo še dobršen delež beljakovin, prehranskih vlaknin, vitamine B kompleksa ter železo, baker, cink, magnezij, mangan in fosfor. V jedilniku so označene, tako, da so podčrtane.	
	EKO ALI LOKALNO PRIDELAVA ŽIVILA	Zaradi objektivnih razlogov, lahko pride do spremembe jedilnika.
	ŠOLSKA SHEMA SADJA IN ZELENJAVE	Pri zajtrku in popoldanski malici je na voljo dnevni kruh.
	OBROK Z RIBO	V solatah je prisoten žveplov sulfit, ki se nahaja v kisu.