

## JEDILNIK MAJ 2024



DAN	DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK	6.5.	kakav, makova potička, sadje	kamut khorasan zdrob na mleku s posipom, jabolko	lečina juha, piščančji zrezek v naravni omaki, ajdeva-kaša, zelena solata s fižolom	limonada, hrenovke, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, soja	gluten-pšenica, kamut, mleko	gluten-pšenica, ajda, mleko	gluten, mleko
TOREK	7.5.	čaj, kruh, tunin namaz, sadje	čaj, sirova štručka, suho sadje	čufiti, pire krompir, rdeča pesa, limonada	smuti, slano pecivo
	ALERGENI	gluten, mleko, riba	gluten-pšenica, mleko, jajca, lešniki	citrusi, gluten-pšenica, jajca, mleko	gluten-pšenica, mleko
SREDA	8.5.	sadna skuta, žemljica	limonada, rženi kruh, mesna zaseka, por, EU:jagode	govedina stroganov, polenta, kitajsko zelje v solati, banana	čaj, kruh, sirni namaz, jabolka
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko	citrusi, gluten-rž, soja	gluten, mleko, gorčično seme, listna zelena, jajca	gluten-pšenica, jajce, mleko
ČETRTEK	9.5.	čaj, kruh, piščančje prsi, sadje	puranja – zelenjavna obara, žemlja z otrobi, jabolko	brokolijeva juha, rižota s teletino in zelenjavo, paradižnikova solata	kakav, rogljiček, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica	gluten-pšenica, mleko	mleko, gluten, jajca	gluten-pšenica, mleko, soja
PETEK	10.5.	čaj, jajca na oko, sadje	čaj, pirin kruh, čičerikin namaz, hruška	cvetačna juha, testenine z lososom v smetanovi omaki, kumarična solata	čaj, kruh, rezina sira, zelenjava
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, jajca	gluten-pira, pšenica, mleko	mleko, riba, gluten-pšenica, pira	gluten-pšenica, mleko
PONEDELJEK	13.5.	čaj, kruh, zeliščni namaz, sadje	mlečna prosena kaša s posipom, borovnice	zelenjavna juha, svinjska ribica, kus kus, kitajsko zelje v solati	čaj, kruh, čičerikin namaz, sadje
	ALERGENI	gluten, mleko, riba	gluten-proso, pira, pšenica, mleko, soja, sezam	mleko, gluten-pšenica, rž	gluten, mleko
TOREK	14.5.	mleko, koruzni kosmiči, jabolka	čaj, rženi kruh, tunin namaz, solata, EU:čašnje	špargljeva juha, piščančja prsa v naravni omaki, mlinci, paradižnikova solata	kakav, palačinke, banana
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, rž, riba, mleko	gluten, mleko, jajca, soja	gluten-pšenica, mleko, soja
SREDA	15.5.	čaj, omleta, sadje	čaj, ovseni kruh, sir, paprika in paradižnik	ajdova mineštra s teletino, muffin, limonada	jogurt, kosmiči, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, jajca	gluten-oves, pšenica, mleko	mleko, gluten-pšenica, jajca	gluten-pšenica, mleko
ČETRTEK	16.5.	čaj, sirova štručka, sadje	bela kava, graham kruh, jajčni namaz, jabolka	česnova juha, bulgur s puranjim mesom in zelenjavo, zelena solata s fižolom	jabolčna čezana, žemlja
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, mleko, jajca	mleko, gluten-pšenica	gluten-pšenica, mleko
PETEK	17.5.	mlečni proseni zdrob, sadje	domači sadni jogurt, čokoladni in ovseni kosmiči, hruške	korenčkova juha, pečena orada, špinača, pire krompir, limonada	čaj, kruh, medeni namaz, sadje
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-proso, pšenica, mleko	mleko, gluten-pšenica, soja	mleko, riba, gluten-pšenica	mleko, gluten-pšenica
PONEDELJEK	20.5.	kakav, pisana pletenica, sadje	čaj, rženi kruh, sirni namaz, banane	špargljeva juha, svinjski kocke po vrtnarsko, prosena kaša, zelena solata	sadna skuta, sadje
	ALERGENI	gluten, mleko, soja	gluten-rž, soja, jajca, mleko	mleko, gluten-pšenica	gluten-pšenica, mleko
TOREK	21.5.	čaj, kruh, sir, sadje	golaževa juha, večzrnata žemlja, suho sadje	grahova juha, piščančje makaronovo meso, motovilec v solati	čaj, kruh, zeliščni namaz, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica	gluten-pšenica, rž, pira, jajca, mleko	gluten, jajca, mleko	gluten-pšenica, mleko, citrusi
SREDA	22.5.	čaj, kruh, ribji namaz, sadje	čaj, palačinke, borovnice	goveja juha, govedina v naravni omaki, kruhove rezine, rdeča pesa	smuti, pletenica
	ALERGENI	gluten, mleko, riba	gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, jajca	gluten-pšenica, mleko, orehi
ČETRTEK	23.5.	jogurt, žemlja, sadje	čaj, pirin kruh, piščančja prsa, paprika	juha s fritati, kmečki rženi njoki v zelenjavni omaki, zelje v solati, smuti	čaj, kruh, mesno-zelenj. namaz, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, rž, pira	gluten-pšenica, jajca, mleko	citrusi, gluten-rž, soja
PETEK	23.5.	čaj, kruh, medeni namaz, sadje	mlečni pirini zdrob, jabolko	čičerikina juha, pečen brancin, krompirjeva solata, sadje	čaj, ajdova kvasenica, sadje
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, med	gluten-pira, pšenica, mleko	mleko, riba, listna zelena, gluten-pšenica	gluten-pšenica, mleko, jajca
PONEDELJEK	27.5.	smuti, žemlja	mleko, polenta, banana, lešniki	picekov paprikaš, široki pirini rezanci, kumare v solati, jabolko	čaj, palačinka, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, mleko, jajca	gluten-pšenica, mleko
TOREK	28.5.	čaj, omleta, sadje	čaj, rženi kruh, ribji namaz, solata, EU:paradižnik	kisla juha, carski praženec, limonada	čaj, sirova štručka, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, jajca	gluten-pšenica, rž, riba, mleko	gluten, jajca, mleko	gluten-pšenica, mleko
SREDA	29.5.	čaj, kruh, piščančja prsa, zelenjava	sadni kefir z žitnimi kosmiči, banana	ohrotova juha, mesno-zelenjavna lazanja, zelje v solati	čaj, kruh, bučni namaz, sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko	gluten-pšenica, mleko, jajca, lešniki	gluten-pšenica, jajca, mleko	gluten, mleko
ČETRTEK	30.5.	čaj, kruh, čičerikin namaz, sadje	čaj, jabolčni zavitek, jagode	fižolova juha, svinjski zrezek v naravni omaki, rizi bizi, paradižnikova solata	jogurt, kosmiči, sadje
	ALERGENI	gluten, mleko	gluten-pšenica, pira, rž, jajca, mleko	gluten-pšenica, ajda, mleko	gluten-pšenica, mleko
PETEK	31.5.	čaj, kvasenica, sadje	čaj, polnozrnat kruh, piščančja pašteta, paradižnik	bučkina juha, ribji hrustavček, pražen krompir, zelena solata	sadna kupa, žemlja
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten, mleko, jajca, oreški	gluten-rž, soja, jajca, mleko	mleko, gluten-pšenica, jajca	gluten-pšenica, soja, sezam, 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
	ŠOLSKA SHEMA SADJA IN ZELENJAVE
	OBROK Z RIBO