



# JEDILNIK

april 2021

	ZAJTRK	MALICA	KOSILO
<b>PONEDELJEK,</b> 12. 4.	čokolino z mlekom (1,7,8)	francoski rogljiček (1), sadni čaj, banana	goveja juha z rezanci (1,3), Cordon blue (1,3), pire krompir (7), zeleno solata
<b>TOREK,</b> 13. 4.	rezina polbelega kruha (1), namaz z marmelado, domač šolski čaj	makaronovo meso (1,3), solata iz rdeče pese	svinjsko meso v zelenjavni omaki, široki rezanci (1,3), zeleno solata
<b>SREDA,</b> 14. 4.	rezina polbelega kruha (1), salama Poli, sadni čaj	ričet s prekajenim mesom, koruzna žemlja (1), pomaranča	pečena piščančja bedra, mlinci (1), radič v solati
<b>ČETRTEK,</b> 15. 4.	bela žemljica (1), namaz z Zdenka sirom (7), polnovredno mleko (7)	kuhana hrenovka, hot dog štručka (1), ajvar, gorčica, otroški čaj z medom	zelenjavna kremna juha (1,3,7), rižota s piščančjim mesom, zeleno solata
<b>PETEK,</b> 16. 4. <b>ZELENI DAN</b>	čokoladni žepki (1,7,8), otroški čaj	pšenični zdrob na mleku (1,7), posip s kakavom (1,7,8), jabolko	pečen file postuvi, krompir z blitvo, mešana solata
<b>PONEDELJEK,</b> 19. 4.	polnovredno mleko (7) s koruznimi kosmiči (1,8)	makovka (1), naravni probiotični jogurt (7), banana	goveje meso v zelenjavni omaki, kus kus, zeleno solata s fižolom
<b>TOREK,</b> 20. 4.	štručka sir, šunka (1), otroški čaj	čufti v paradižnikovi omaki, bela žemlja (1), pomarančni sok	ocvrt piščančji zrezek (1,3), dušen zelenjavni riž, solata iz rdeče pese

<b>SREDA,</b> 21. 4.	sadni jogurt (7), bombetka (1)	pečen piščančji zrezek, zeleni solati s koruzo	svinjski paprikaš, pirini peresniki (1,3,7), radič v solati
<b>ČETRTEK,</b> 22. 4.	skutin žepok (1,7), hladno mleko (7)	pečena pleskavica, lepinja (1), ajvar, zenf, sveža zelenjava, sadni čaj	polnozrnat špageti z mesno omako (1,3), zeleni solata, jabolčni sok
<b>PETEK,</b> 23. 4.  <b>ZELENI DAN</b>	rezina koruznega kruha (1), čokoladni namaz (1,7,8), otroški čaj	mlečna juha (1,7), posip s kakavom (1,7,8), banana	goveja juha s fritati (1,3), zelenjavni zrezek (1,3), pire krompir (7), solata iz rdeče pese

## \*EKOLOŠKA ŽIVILA

Poraba sadja in zelenjave pri otrocih EU pada in je v veliki večini držav članic EU pod priporočenim dnevnim vnosom 400 g sadja in zelenjave na dan.

Idejo za Shemo šolskega sadja (SŠSZ) je leta 2008 potrdil Svet ob veliki podpori Evropskega parlamenta. Evropska komisija je nato pripravila uredbo in s šolskim letom 2009/2010 uvedla Shemo šolskega sadja (SŠSZ). V novi skupni kmetijski politiki iz leta 2013 je SŠSZ dobila novo ime: Shema šolskega sadja in zelenjave (SŠSZ). Namen SŠSZ je povečati nizko porabo sadja in zelenjave pri otrocih, zmanjšati število otrok s prekomerno težo in debelostjo, zmanjšati tveganje za nastanek bolezni sodobnega časa, izboljšati prehranske navade otrok...

**Na OŠ Lesično je razdeljevanje sadja in zelenjave vsak četrtek po 4. šolski uri.**

## \*ALERGENI

**SNОВI ALI PROIZVODI, KI POVZROČAJO ALERGIJO IN PREOBUČUTLJIVOST IN JIH DOLOČENI OBROK LAHKO VSEBUJE:**

1. GLUTEN (ŽITA, KI VSEBUJE GLUTEN)
2. RAKI (RAKI IN PROIZVODI IZ NJIH)
3. JAJCA (JAJCA IN PROIZVODI IZ NJIH)
4. RIBE (RIBE IN PROIZVODI IZ RIB)
5. ARAŠIDI (ARAŠIDI IN PROIZVODI IZ NJIH)
6. SOJA (ZRNJE SOJE IN PRIZVODI IZ NJIH)
7. MLEKO (MLEKO IN IZDELKI KI VSEBUJEJO LAKTOZO)
8. OREŠČKI (OREŠČKI)
9. ZELENĀ (LISTNA ZELENĀ IN PROIZVODI IZ NJE)
10. GORČIČNO SEME (GORČIČNO SEME IN PROZVODI IZ NJEGA)
11. SEZAMOVO SEME (SEZAMOVO SEME IN PROIZVODI IZ NJEGA)
12. ŽVEPLOV DIOKSID (ŽVEPLOV DIOKSID VEČ KOT 10 MG/KG)
13. VOLČJI BOB (IN PROIZVODI IZ NJEGA)
14. MEHKUŽCI (IN PROIZVODI IZ NJIH)

*Dovoljujemo si spremembo jedilnika, če določenega živila trenutno ni na tržišču, ali zaradi drugačne organizacije pouka (dnevi dejavnosti, zdravniški pregledi, interdisciplinarne ekskurzije ...)*