



JEDILNIK

november 2021

	ZAJTRK	MALICA	KOSILO
TOREK, 2. 11. ZELENI DAN	francoski rogljiček s čokolado (1,7,8), polnovredno mleko (7)	slivovi cmoki (1,3,7), sadni čaj	bučkina juha s kroglicami (1,3), njoki (1,3) s paradižnikovo omako, marmorni kolač (1,7,8)
SREDA, 3. 11.	<i>rezina pirinega kruha</i> (1) s pariško salamo, šolski zeliščni čaj	ričet s prekajenim mesom, <i>naravni probiotični jogurt</i> (7)	kuhana hrenovka, kremna špinača, pire krompir (7), mandarina
ČETRTEK, 4. 11.	rezina polnozrnatega kruha (1), namaz z Zdenka sirom (7), sadni čaj	piščančja obara z žličniki (1,3), koruzna žemlja (1)	milijonska juha, rižota z <i>bio čičeriko</i> , solata iz rdeče pese
PETEK, 5. 11.	čokolino z mlekom (1,7,8)	pica (1,7,8), šolski zeliščni čaj z limono, jabolko	puranji trakci v naravni omaki, njoki (1,3), radič v solati s fižolom
PONEDELJEK, 8. 11.	masleni rogljiček (1,7), kakav (1,7,8)	polnozrnata žemlja (1,8), namaz s pašteto, otroški čaj	paprikaš s svinjskim mesom (1,7,8), koruzna polenta, zelena solata
TOREK, 9. 11.	rezina črnega kruha (7), namaz z maslom (7) in marmelado, planinski čaj	krompirjev golaž, polbeli kruh (1), čokoladna ploščica (1,7,8)	svinjski trakci v smetanovi omaki (1,7), krompirjevi svaljk (1,3), radič v solati
SREDA, 10. 11.	rezina polbelega kruha (7), Pariška salama, šipkov čaj	hot dog štručka (1), kuhana hrenovka, ajvar, gorčica, sadni čaj	pečena postrv, krompirjeva solata, polbeli kruh (1), Pingo sok, mandarina

<p>ČETRTEK, 11. 11.</p>	<p>rezina polnozrnatega kruha (1,8), namaz s pašteto Argeto, sadni čaj</p>	<p>makaronovo meso (1,3), polbeli kruh (1), zelna solata</p>	<p>ocvrti piščančji medaljoni (1,3), dušen riž, solata iz rdeče pese, <i>naravni probiotični jogurt (7)</i></p>
<p>PETEK, 12. 11.</p> <p>ZELENI DAN</p>	<p>polnovredno mleko (7) s čokoladnimi kroglicami (1,8)</p>	<p>pšenični zdrob na mleku (1,7), posip s kakavom (1,7,8), banana</p>	<p>juha s korenčkom in zeleno, njoki z drobtinami (1), sadni kompot</p>
<p>PONEDELJEK, 15. 11.</p>	<p>štručka šunka sir (1,7), otroški čaj</p>	<p>čokolino z mlekom (1,7,8), hruška</p>	<p>segedin golaž, sezamova pletenica (1,7,11), višnjevo pecivo (1,7,8)</p>
<p>TOREK, 16. 11.</p>	<p>pletenica (1), sadni jogurt (7)</p>	<p>goveja juha s fritati (1,3), jabolčni zavitek (1,7)</p>	<p>pečen piščančji zrezek, kus kus, zelena solata s koruzo</p>
<p>SREDA, 17. 11.</p> <p>ZELENI DAN</p>	<p>mleko (7) s koruznimi kosmiči</p>	<p>špinačne testenine z drobtinami (1,3), zelena solata</p>	<p>bučkina juha s kroglicami (1,3), skutini štruklji (1,3,7), mešana solata, frutabela (1,7,8)</p>
<p>ČETRTEK, 18. 11.</p>	<p>rezina črnega kruha (1), sir Jošt (7), sadni čaj</p>	<p>zelenjavni riž, solata iz rdeča pesa</p>	<p>svinjska pečenka, pire krompir (7), sladko zelje</p>
<p>PETEK, 19. 11.</p> <p><i>Tradicionalni slovenski zajtrk</i></p>	<p>TSZ rezina kruha, maslo, med, mleko, jabolko</p>	<p>francoski rogljiček (1), otroški čaj</p>	<p>špinačni kaneloni (1,3), mešana solata, <i>naravni probiotični jogurt (7)</i></p>
<p>PONEDELJEK, 22. 11.</p>	<p>polnovredno mleko (7) s čokoladnimi kroglicami (1,8)</p>	<p>skuta s sadjem (7), mlečni rogljiček (1,7), kaki</p>	<p>goveja juha z ribano kašo (1,3), kuhana govedina, rižota, solata iz rdeče pese</p>
<p>TOREK, 23. 11.</p>	<p>bela žemljica (1), LCA napitek (7)</p>	<p>pečenica, sladko zelje</p>	<p>puranji zrezek v smetanovi omaki (7), široke testenine (1,3), mešana solata</p>

SREDA, 24. 11.	rezina polbelega kruha (1) s Pariško salamo, otroški čaj	mlinci (1), mešana solata	čufti v paradižnikovi omaki (1,3), pire krompir (7), pomarančni sok
ČETRTEK, 25. 11. ZELENI DAN	makovka (1) kakav (1,7,8)	kisla repa s fižolom, sezamova pletenica (1,7,11)	kremna zelenjavna juha (7), džuvec riž, radič s fižolom v solati, LCA napitek
PETEK, 26. 11.	rezina polnozrnatega kruha (1,8), namaz s pašteto, mleko (7)	buhtelj (1,7), kakav (1,7,8), mandarina	<i>pirine testenine</i> z mesno omako (1,3), mešana solata, višnjevo pecivo (1,3,7,8)
PONEDELJEK, 29. 11.	francoski rogljiček z marmelado (1), polnovredno mleko (7)	<i>pirin kruh</i> (1), Pariška salama in sir (7), sadni čaj	štefani pečenka z jajčko (1,3,7), pire krompir (7), zelna solati
TOREK, 30. 11.	koruzna polenta, kakav (1,7,8)	krompirjeva juha s hrenovko, polbela žemlja (1), Oki Doki skuta s sadjem (1,7,8)	goveja juha z ribano kašo (1,3), krompirjevi njoki v mesni omaki (1,3), rdeča pesa

*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

SNOVI ALI PROIZVODI, KI POVZROČAJO ALERGIJO IN PREOBČUTLJIVOST 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. ZELENA (LISTNA ZELENA 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 ...)