**JEDILNIK**

**december 2022**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **ZAJTRK** | **MALICA** | **KOSILO** |
| **ČETRTEK,** **1.12.**  | koruzni kosmiči (1, 8), sadni jogurt (7) | skutini štruklji z drobtinami (1,3,7), kompot | puranji zrezek v naravni omaki, kruhovi cmoki (1,3,7), solata iz rdeče pese |
| **PETEK,** **2. 12.** **ZELENI DAN** | mleko (7) s čokoladnimi kroglicami (1, 8) | mlečni riž (1,7), posip s kakavom (1,7,8),klementina | svinjski trakci v gobovi omaki (1,3,7), njoki (1,3), zelena solata  |
| **PONEDELJEK, 5. 12.** | koruzna polenta, bela kava (1, 7, 8), | sladki Miklavžev parkelj (1,3,7), čaj s cimetom, mandarina | goveja juha s fritati (1, 3), govedina, kuhan krompir, špinača |
| **TOREK,** **6. 12.** | mleko (7), francoski rogljiček (1) | zdrobova juha s korenčkom (1,3), koruzna žemlja (1), čokoladni puding (1,7,8) | pečenica, dušeno kislo zelje, krompir v kosih, pomarančni sok |
| **SREDA,** **7. 12.**  | rezina polbelegakruha (1), piščančja salama Poli, sir (7) | krompirjev golaž (1), polnozrnata žemlja (1,7,8), skutina blazinica (1,7) | ocvrt piščančji zrezek s šunko in sirom (1,3,7), kus kus, mešana solata |
| **ČETRTEK,** **8. 12.**  | čokolešnik z mlekom (1, 7, 8) | kokošja obara z žličniki (1,3),bela žemlja (1) | ješprenj s prekajenim mesom, graham žemlja (1,8), jabolko |
| **PETEK,** **9. 12.** **ZELENI DAN** | polnovredno mleko (7) s čokoladnimi kroglicami (1, 8) | francoski rogljiček (1,3,7,8), bela kava (1,7,8), pomaranča | porova juha, krompirjevi svaljki v gobovi omaki (1,3), zelje v solati |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **PONEDELJEK, 12. 12.** | makovka (1), kakav (7,8) | rezina polbelega kruha (1), namaz z maslom (7) in medom | telečji zrezek v omaki, kruhovi cmoki (1, 3), mešana solata z jajčko |
| **TOREK,** **13. 12.** | rezina polbelega kruha (1), sadni jogurt (7) s koruznimi kosmiči (1,8) | ješprenj z mesom,bela žemlja (1), jabolčni sok | goveja juha z ribano kašo (1, 3), štefani pečenka, mlinci (1), zelena solata  |
| **SREDA,** **14. 12.**  | rezina polbelega kruha (1), namaz s topljenim sirom (7), šipkov čaj | pleskavica, lepinja (1), ajvar, gorčica, čaj | segedin golaž, koruzna polenta, kaki |
| **ČETRTEK,** **15. 12.** | mlečna pletenica (1, 7),čaj sladkan z medom | makaronovo meso (1,3), mešana solata | ričet, polbeli kruh (1), jogurt (7) |
| **PETEK,** **16. 12.****ZELENI DAN** | orehova blazinica (1,3,7), čokoladno mleko (1,7,8) | pšenični zdrob na mleku (1,7), posip s kakavom (1,7,8), klementina | fižolova juha, slivovi cmokiz drobtinami (1,3,7), sok |
| **PONEDELJEK,** **19. 12.** | polbeli kruh (1), maslo (7), marmelada, cimetov čaj  | koruzna polenta,bela kava (1,7,8), banana | puranje meso v naravni omaki, krompir v kosih (7), zelena solata s semeni |
| **TOREK,** **20. 12.** | koruzna bombetka (1,7), otroški čaj | svinjski paprikaš, žemlja (1), jabolčni zavitek (1,7) | cvetačna kremna juha (7), pečena pečenka, kus kus, solata iz rdeče pese |
| **SREDA,** **21. 12.** | rezina rženega kruha (1,8), namaz s pašteto (1,7,8), sadni čaj | ocvrt sir (1,3,7),graham žemlja (1,7,8), mešana solata | špageti z omako boloneze (1,3), polbeli kruh (1), pomaranča |
| **ČETRTEK,** **22. 12.** | sirova štručka (1,7), kakav (7,8) | boranja, polbeli kruh (1), čokoladica (1, 7, 8) | štručka s šunko in sirom (1,7), sok, jabolko  |
| **PETEK,** **23. 12.****ZELENI DAN** | čokolino z mlekom (1, 7, 8) | orehova potička (1,3,7), božični jogurt (7), pomaranča | krompirjevi svaljki v smetanovi omaki (1,3,7), solata iz rdeče pese |

## \*EKOLOŠKA ŽIVILA

## \* ŠOLSKA SHEMA SADJA, ZELENJAVE

## Šolska shema je ukrep skupne kmetijske politike EU, ki otrokom v osnovni šoli in zavodih za vzgojo in izobraževanje otrok in mladostnikov s posebnimi potrebami zagotavlja brezplačen dodatni obrok sadja in zelenjave ter mleka in mlečnih izdelkov. Glavni element šolske sheme je razdeljevanje dodatnega brezplačnega obroka sadja in zelenjave oz. mleka in mlečnih izdelkov otrokom v izobraževalnih ustanovah.

Namen šolske sheme je povečati uživanje sadja in zelenjave ter mleka in mlečnih proizvodov pri otrocih s poudarkom na lokalni pridelavi ter izboljšati prehranske navade otrok.

**Na OŠ Lesično je razdeljevanje sadja in zelenjave vsak torek 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 …).*