



JEDILNIK

oktober 2023

	ZAJTRK	MALICA	KOSILO
PONEDELJEK, 2. 10.	čokolino z mlekom (1,7,8)	namaz z Zdenka sirom (7), sirova štručka (1,7), čaj	kuhana hrenovka, kremna špinaca, pire krompir (7)
TOREK, 3. 10.	masleni rogljiček (1,7), kakav (1,7,8)	pohan sir (1,3,7), paradižnikova solata	čufti v paradižnikovi omaki (1,3), pire krompir (7), pomarančni sok
SREDA, 4. 10.	koruzna polenta, kakav (1,7,8)	slivovi cmoki (1,3,7), sadni čaj	pečen piščančji zrezek, kus kus, zelena solata s koruzo
ČETRTEK, 5. 10. <i>Športni dan</i>	koruzni kosmiči (1, 8), sadni jogurt (7)	sendvič z veliko žemljo (1), šunko in sirom (7), domači čaj	goveji golaž, njoki (1,3), zeljna solata
PETEK, 6. 10. ZELENI DAN	francoski rogljiček s čokolado (1,7,8), polnovredno mleko (7)	pšenični zdrob na mleku (1,7), posip s kakavom (1,7,8)	bučkina juha s kroglicami (1,3), njoki (1,3) z drobtinami, solata, višnjevi kolači (1,7,8)
PONEDELJEK, 9. 10.	polnovredno mleko (7) s čokoladnimi kroglicami (1,8)	naravni jogurt (7), kosmiči, banana	goveja juha s fritati (1,3), kaneloni s šunko in sirom (1,3,7), krompirjeva solata
TOREK, 10. 10.	pletenica (1), navadni jogurt (7)	kokošja juha z zvezdicami (1,3), panakota (1,3,7,8)	štefani pečenka (1,7), riž, zeljna solata
SREDA, 11. 10.	rezina polnozrnatega kruha (1,8), pašteta, mleko (7)	mlinci, solata iz rdeče pese	ocvrti piščančji medaljoni (1,3), ajdova kaša, solata iz kitajskega zelja, hruška
ČETRTEK, 12. 10.	štručka šunka sir (1,7), otroški čaj	ričet s prekajenim mesom, polbela žemlja (1),	mesni ragu, fuži testenine (1,3), radič s fižolom
PETEK, 13. 10.	makovka (1) kakav (1,7,8)	mlečna juha (7), kakav, mandarina	krompirjev golaž (1), jabolčni zavitek (1,7)

ZELENI DAN			
PONEDELJEK, 16.10.	rezina črnega kruha (7), namaz z maslom (7) in marmelado, planinski čaj	pica (1,7,8), šolski zeliščni čaj, jabolko	zelenjavna kremna juha (7), sojini polpeti, pire krompir (7), mešana solata
TOREK, 17. 10.	sadni jogurt z ovsenimi kosmiči (1,7,8), polbela žemlja (1)	goveja juha z zvezdicami (1,3), francoski rogljiček (1)	puranji zrezek v smetanovi omaki (7), široke testenine (1,3), mešana solata
SREDA, 18. 10.	orehova potička, kakav (1,7,8)	pečena pleskavica, lepinja (1), ajvar, zenf (10), kamilični čaj	segedin golaž, sezamova pletenica (1,7,11), skutina blazinica (1,7)
ČETRTEK, 19. 10.	rezina polnozrnatega kruha (1,8), čokoladni namaz, mleko	špageti (1,3) s haše omako, zelena solata	pečeni piščančji zrezek, mlinci, radič v solati
PETEK, 20. 10. ZELENI DAN	polnovredno mleko (7) s čokoladnimi kroglicami (1,8)	mleko (1,7), čokolino (1,7,8)	milijonska juha , zelenjavna rižota, solata iz rdeče pese
SOBOTA, 21. 10. <i>ŠD- Pohod za zdravje vseh generacij</i>	mlečni rogljiček (1,7,8), kakav (7,8)	sendvič z veliko žemljo (1), šunko in sirom (7), sok, jabolko	mesno-zelenjavna enolončnica, graham žemlja (1),
PONEDELJEK, 23. 10.	graham žemljica (1), bela kava	carski praženec (1,3), kaki, šolski zeliščni čaj	boranja z govejim mesom, črni kruh (1,8), panakota (1,3,7,8)
TOREK, 24. 10.	pletenica (1), smetanov namaz (7), otroški čaj	makaroni s sirom (1,3,7), zelena solata s koruzo	paprikaš s svinjskim mesom (1,7,8), široki rezanci, zelena solata
SREDA, 25. 10.	čokolino z mlekom (1,7,8)	sirovi štruklji (1,3, 7), otroški čaj	goveji file stroganov, krompirjevi njoki (1,3), mešana solata s stročjim fižolom
ČETRTEK, 26. 10.	orehova potička (1,3, 7,8), mleko (7)	pečena bedra, graham žemlja (1,7,8), zelena solata	mesno – zelenjavna enolončnica, polbeli kruh (1), frutabela (1,7,8)
PETEK, 27. 10. ZELENI DAN	makovka (1) sadni jogurt (7)	polbeli kruh (1), čokoladni namaz (1,7,8), hladno mleko (7)	pečena postrv, krompirjeva solata, polbeli kruh (1), mandarina

***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**

SNOWI 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 ...)