



JEDILNIK

oktober 2024

	ZAJTRK	MALICA	KOSILO
TOREK, 1. 10.	rezina polbelega kruha (7), namaz z marmelado, domač šolski čaj	krompirjeva juha s hrenovko (1,3), čokoladni žepek (1,7,8)	rižota s svinjskim mesom, zeljna solata, sok
SREDA, 2. 10.	francoski rogljiček (1), otroški čaj	ocvrt piščančji zrezek (1,3), zelena solata s koruzo	zelenjavna mineštra s puranjim mesom, koruzna žemlja (1), frutabela (1,7,8)
ČETRTEK, 3. 10.	polnovredno mleko (7) s čokoladnimi kroglicami (1,8)	goveja juha z zvezdicami (1), jabolčni zavitek (1,7)	špageti (1,3) s haše omako, zelena solata, sok
PETEK, 4. 10. ZELENI DAN	makova potička (1,7,8), čaj	naravni probiotični jogurt (7), čokoladni kosmiči (1,8), graham žemlja (1), banana	porova juha s krompirjem, sirovi ravioli v smetanovi omaki (7), mešana solata
PONEDELJEK, 7. 10.	sadni jogurt z ovsenimi kosmiči (1,7,8),	polbeli kruh(1,8), namaz z Zdenka sirom (7), sveža paprika, sadni čaj	goveja juha s fritati (1,3), zelenjavni ragu, fuži testenine (1,3), radič s fižolom
TOREK, 8. 10.	čokolino z mlekom (1,7,8)	prežganka z jajčko (1,3), sezamova pletenica (1,7,11), mandarina	čufti v paradižnikovi omaki (1,3), pire krompir (7), pomarančni sok
SREDA, 9. 10.	pletenica(1), kislá smetana (7), zeliščni čaj	ričet s prekajenim mesom, graham žemlja, jabolko	piščančji zrezek v zelenjavni omaki, dušen riž, solata iz rdeče pese
ČETRTEK, 10. 10. pouk popoldne	-	štručka šunka-sir (1,7), otroški čaj	ciganski golaž, pletenica (1), sok
PETEK, 11. 10. ZELENI DAN	rezina polbelega kruha (1), sir Jošt (7), čaj	pšenični zdrob na mleku (1,7), posip s kakavom (8), hruška	fižolova juha, skutni štruklji z drobtinami (1,3,7), LCA napitek (7)
PONEDELJEK, 14.10.	koruzni kosmiči (1, 8), polnovredno mleko (7)	polbeli kruh (1), namaz s pašteto, zeliščni čaj	zelenjavna kremna juha, svinjska pečenka, kus-kus, mešana solata (zelje, zelena, korenček)

TOREK, 15. 10.	rezina črnega kruha (7), namaz z maslom (7) in marmelado, kamilični čaj	testenine metuljčki (1,3) z omako iz telečjega mesa, zelena solata	kuhana govedina, pire krompir (7), špinača
SREDA, 16. 10.	skutina blazinica (1,7), kakav (7,8)	pečene piščančje krače, radič v solati s fižolom	ričet s prekajenim mesom, polbela žemlja (1)
ČETRTEK, 17. 10.	štručka sir-šunka (1,7), otroški čaj	riž z zelenjavo, zeljna solata	pečeni piščančji zrezek, ajdova kaša, radič v solati, sadni jogurt (7)
PETEK, 18. 10. ZELENI DAN	polnovredno mleko (7) s čokoladnimi kroglicami (1,8)	mlečna juha (7), kakav, mandarina	zelenjavna kremna juha (7), pečena postrv, kuhan krompir v kosih z blitvo
SOBOTA, 19. 10. <i>ŠD- Pohod za zdravje vseh generacij</i>		sendvič z veliko žemljo (1), šunko in sirom (7), sok, jabolko	
PONEDELJEK, 21. 10.	graham žemljica (1), bela kava	koruzna polenta (1), bela kava (7)	štefani pečenka (1,7), riž, zeljna solata
TOREK, 22. 10.	pletenica (1), sirov namaz (7) z zelišči, otroški čaj	špinačni rezanci (1,3) z mesno omako, solata iz rdeče pese	paprikaš s svinjskim mesom (1,8), krompirjevi svaljki, zelena solata s koruzo
SREDA, 23. 10.	orehova potička (1,3, 7,8), mleko (7)	pečena bedra, graham žemlja (1,7,8), solata iz kitajskega zelja	mesno – zelenjavna enolončnica, panakota (1,3,7,8)
ČETRTEK, 24. 10.	čokolino z mlekom (1,7,8)	sirovi štruklji (1,3, 7), zeliščni čaj	goveji file stroganov, krompirjevi njoki (1,3), mešana solata s stročjim fižolom
PETEK, 25. 10. ZELENI DAN	makovka (1), sadni jogurt (7)	polbeli kruh (1), čokoladni namaz (1,7,8), hladno mleko (7)	pire krompir, pohan sir (1,3,7), zelena solata

*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

SNОВI 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 ...)