



OŠ Danile Kumar

# JEDILNIK

6. 12. - 10. 12. 2021

<b>PONEDELJEK</b>	<b>M/ vrtec, 1.r</b>	Miklavževe dobrote <sup>*1a,c,6,3,8,12</sup>	ŠŠ – BIO mleko <sup>*7</sup>
	<b>M</b>	Miklavževe dobrote <sup>*1a,c,6,3,8,12</sup>	ŠŠ – BIO mleko <sup>*7</sup>
	<b>K običajno</b>	Čebulna bržola <sup>*1a,10</sup> , polenta / mlinci <sup>*1a,3,7</sup> , zelena solata z zeljem in fižolom, kivi	
	<b>K brezmesno</b>	Veganski golaž <sup>*6</sup> , polenta / mlinci <sup>*1a,3,7</sup> , zelena solata z zeljem in fižolom, kivi	
	<b>M/PB</b>	Črna štručka <sup>*1a</sup> , jabolko	
<b>M/PB vrtec</b>	Črna štručka <sup>*1a</sup> , jabolko		
<b>TOREK</b>	<b>M/ vrtec, 1.r</b>	BIO črni kruh <sup>*1a</sup> , sirni namaz <sup>*7</sup> , rdeče redkvice / korenje, sadni čaj, jabolko	
	<b>M</b>	BIO črni kruh <sup>*1a</sup> , sirni namaz <sup>*7</sup> , rdeče redkvice / korenje, sadni čaj, jabolko	
	<b>K običajno</b>	Grahova juha z zlatimi kroglicami <sup>*1a,7,8</sup> , tuna v paradižnikovi omaki <sup>*4,1a</sup> , široki rezanci <sup>*1a,3</sup> , riban sir <sup>*7</sup> , zelena solata s koruso, kaki	
	<b>K brezmesno</b>	Grahova juha z zlatimi kroglicami <sup>*1a,7,8</sup> , tuna v paradižnikovi omaki <sup>*4,1a</sup> , široki rezanci <sup>*1a,3</sup> , riban sir <sup>*7</sup> , zelena solata s koruso, kaki	
	<b>M/PB</b>	Naravni grški jogurt <sup>*7</sup> , banana	
<b>M/PB vrtec</b>	Naravni grški jogurt <sup>*7</sup> , banana		
<b>SREDA</b>	<b>M/ vrtec, 1.r</b>	BIO korenčkov kruh <sup>*1a</sup> , jogurt z žiti <sup>*7,1a</sup> , kaki	
	<b>M</b>	BIO korenčkovo pecivo <sup>*1a</sup> , jogurt z žiti <sup>*7,1a</sup> , kaki	
	<b>K običajno</b>	Česnova juha z riževimi rezanci, puranja pleskavica, domača parad. omaka <sup>*1a</sup> , krompir v kosih s peteršiljem, sestavljena solata	
	<b>K brezmesno</b>	Česnova juha z riževimi rezanci, veg. pleskavica <sup>*1a,6,7,3</sup> , domača parad. omaka <sup>*1a</sup> , krompir v kosih s peteršiljem, sestavljena solata	
	<b>M/PB</b>	Sirova štručka <sup>*1a,7</sup> , jabolčni sok	
<b>M/PB vrtec</b>	Sirova štručka <sup>*1a,7</sup> , jabolčni sok		
<b>ČETRTEK</b>	<b>M/ vrtec, 1.r</b>	Mlečni riž s posipom <sup>*7,6</sup> , BIO banana	
	<b>M</b>	Mlečni riž s posipom <sup>*7,6</sup> , BIO banana	
	<b>K običajno</b>	Bučna juha <sup>*1a,3</sup> , goveji zrezki v naravni omaki <sup>*1a,10</sup> , njoki <sup>*1a,7</sup> / ajdova kaša, zelena solata z rdečo peso	
	<b>K brezmesno</b>	Bučna juha <sup>*1a,3</sup> , lečini polpeti <sup>*1a,3,7</sup> , njoki z bučkino omako <sup>*1a,7</sup> / ajdova kaša, zelena solata z rdečo peso	
	<b>M/PB</b>	Bombeta s semeni <sup>*1a,11</sup> , sir <sup>*7</sup> , mandarina	
<b>M/PB vrtec</b>	Graham kruh <sup>*1a,b</sup> , sir <sup>*7</sup> , mandarina		
<b>PETEK</b>	<b>M/ vrtec, 1.r</b>	Polbeli kruh <sup>*1a</sup> , piščančja hrenovka, gorčica <sup>*10</sup> / ajvar, sadni čaj, hruška	
	<b>M</b>	Hot dog štručka <sup>*1a</sup> , piščančja hrenovka, gorčica <sup>*10</sup> / ajvar, sadni čaj, hruška	
	<b>K običajno</b>	Pasulj <sup>*1a</sup> , črni in pisan kruh <sup>*1a</sup> , palačinke z marmelado <sup>*1a,3,7</sup> / ajdove palačinke s čokolado <sup>*1a,b,3,7,6,8,5</sup> , sveže sadje	
	<b>K brezmesno</b>	Veg. pasulj <sup>*1a</sup> , črni in pisan kruh <sup>*1a</sup> , palačinke z marmelado <sup>*1a,3,7</sup> / ajdove palačinke s čokolado <sup>*1a,b,3,7,6,8,5</sup> , sveže sadje	
	<b>M/PB</b>	Polnozrnat rogljič <sup>*1a,b,6,3,7</sup> , mleko <sup>*7</sup>	
<b>M/PB vrtec</b>	Polnozrnat rogljič <sup>*1a,b,6,3,7</sup> , mleko <sup>*7</sup>		

# ZAJTRK

<b>PONEDELJEK</b>	Umešano jajce <sup>*3</sup> , graham kruh <sup>*1a,b</sup> , paprika, sadni čaj, sadje
<b>TOREK</b>	Sadni kosmiči z mlekom <sup>*1a,3,7</sup> , grisini <sup>*1a</sup> , sadje
<b>SREDA</b>	Črni kruh <sup>*1a</sup> , kislá smetana <sup>*7</sup> , paradižnik, sadni čaj, sadje
<b>ČETRTEK</b>	Polbeli kruh <sup>*1a</sup> , maslo <sup>*7</sup> , borovničev džem, mleko <sup>*7</sup> , sadje
<b>PETEK</b>	Polenta z mlekom <sup>*7</sup> , sadje

\* v izrednih razmerah si pridružujemo pravico do sprememb jedilnika

**DOBER TEK !**

\*\* jedilnik je namenjen učencem brez prehranskih alergij.

\*\*\* Ob živilu so nadpisano označeni alergeni, ki so v živilo dodani. Pripravljene jedi lahko zaradi možne navzkrižne kontaminacije v sledeh vsebujejo naslednje alergene: <sup>1</sup>žita, ki vsebujejo gluten (<sup>1a</sup> iz pšenice in pire, <sup>1b</sup> iz rži, <sup>1c</sup> iz ječmena in <sup>1d</sup> iz ovsá), <sup>2</sup>rake, <sup>3</sup>jajca, <sup>4</sup>ribe, <sup>5</sup>arašide, <sup>6</sup>sojo, <sup>7</sup>mleko in mlečne proizvode, <sup>8</sup>oreške, <sup>9</sup>listno zeleno, <sup>10</sup>gorčično seme, <sup>11</sup>sezamovo seme in v sledeh tudi <sup>12</sup>žveplov dioksid, <sup>13</sup>volčji bob, <sup>14</sup>mehkužce. Dnevno ponujamo različne vrste kruha, ki lahko vsebujejo alergene.\*<sup>1a-d,6,3,7,8</sup>.



## DA BOŠ ZDRAV, POSKRBI ŠE ZA:

- GIBANJE (vsaj eno uro na dan se posveti športu; s prijatelji se odpravi na drsanje, sankanje, sprehod, tek ...);
- SPANJE (da bo tvoj dan uspešen, moraš biti naspan, zato spi vsaj osem ur na noč).