

## JEDILNIK ŠOLSKE PREHRANE

Vodja kuhinje: Monika Simončič

Organizatorica šolske prehrane:

Kristina Prijatelj

POŠ LOKA, POŠ STUDENEC

| Datum                    | Zajtrk  | Alergeni           | Topla malica | Alergeni | Hladna malica  | Alergeni         | Kosilo<br>(malica zaposleni)  | Alergeni                   | Malica PB   | Alergeni        | Malica učencev  | Alergeni         |
|--------------------------|---|--------------------|--------------|----------|--|------------------|---|----------------------------|---|-----------------|---|------------------|
| ponedeljek<br>17.06.2024 | kisla smetana,<br>marmelada,<br>polnozrnat kruh,<br>toplo mleko,<br>jabolko           | 7<br>1(a,b,d)<br>7 | ***          |          | salama šunka v ovoju,<br>sirni namaz,<br>zmesni kruh turist,<br>napitek iz 100% sirupa,<br>paradižnik češnjevcev | 7<br>1(a,b,d)    | kostna juha z fidelini,<br>makaronovo(polnozrn.) meso,<br>riban sir,<br>sestav.solata,<br>voda ali sadni napitek                  | 1(a),3,9<br>1a,3,9<br>7    | sadna skutka,<br>kruh drožnik,<br>sadni napitek,<br>praženi lešniki | 7<br>1a,c<br>8b | salama šunka v ovoju,<br>sirni namaz,<br>zmesni kruh turist,,<br>napitek iz 100% sirupa,<br>paradižnik češnjevcev<br><b>POŠ LOKA:sendvič,voda,jabolko</b> | 7<br>1(a,b,d)    |
| torek<br>18.06.2024      | umešana jajčka,<br>ovsen kruh,<br>sveža paprika,<br>zeliščni čaj z limono<br>in medom | 3<br>1(a,d),11     | ***          |          | ribji namaz<br>krompirjev kruh,<br>sadni napitek<br>z okusom maline,<br>mlada čebula                             | 4,7<br>1(a)      | sadna juha,<br>panirani piščan. zrezki,<br>pečen krompir,<br>parad. omaka,<br>zeleno solata s koruzo,<br>voda ali sadni napitek   | 1(a),3<br>1a,9             | fit štručka,<br>sadno-zelenjavni sok                                | 1a,6,7,11       | ribji namaz<br>krompirjev kruh,<br>sadni napitek<br>z okusom maline,<br>mlada čebula  | 4,7<br>1(a)      |
| sreda<br>19.06.2024      | piščan.pašteta,<br>črn kruh,<br>otroški čaj z medom<br>in limono                      | 7<br>1(a)          | ***          |          | polnozrnat masleni rogljič,<br>kakao z<br>ekološkim mlekom,<br>lubenica  | 1a,3,7<br>7      | grahova kremna juha,<br>puranja pleskavica, kajmak,<br>đuveč riž v prilogi,<br>sestav.solata,<br>voda ali sadni napitek           | 1(a),7,9<br>7<br>9<br>3,7  | sendvič s poli salamo,<br>sadni napitek,<br>jabolko                 | 1(a),7          | polnozrnat masleni rogljič,<br>kakao z<br>ekološkim mlekom,<br>lubenica   | 1a,3,7<br>7      |
| četrtek<br>20.06.2024    | koruzni kosmiči<br>s toplim mlekom,<br>napitek,<br>banana                             | 1(a),6<br>7        | ***          |          | piščan hrenovke,<br>polnozrnata štručka rezana,<br>namaz s papriko in gorčico,<br>napitek iz 100% sirupa višnja  | 1a,11<br>10      | telečjizrezki v<br>naravni omaki,<br>domači svaljki v prilogi,<br>mlado zelje v solati,<br>sadni smuti,<br>voda ali sadni napitek | 1(a),9<br>1(a),3,7<br>7    | sirni burek,<br>navadni jogurt                                      | 1(a),7<br>7     | piščan hrenovke,<br>polnozrnata štručka rezana,<br>namaz s papriko in gorčico,<br>napitek iz 100% sirupa višnja   | 1a,11<br>10      |
| petek<br>21.06.2024      | mlečni rogljič,<br>sadje,<br>sadni čaj z limono                                       | 1(a),7             | ***          |          | pizza s šunko in sirom,<br>sadno-zelenjavni sok,<br>različni oreški  | 1(a),7<br>8a,b,d | zeljna enolončnica<br>z govedino,<br>različen kruh,<br>čokolad. rolada s smetano<br>voda ali sadni napitek                        | 1(a),9<br>1a,c,d<br>1a,3,7 | polnozrnata štručka,<br>trajno<br>mleko,<br>sadje                   | 1a,b,11<br>7    | pizza s šunko in sirom,<br>sadno-zelenjavni sok,<br>različni oreški   | 1(a),7<br>8a,b,d |

OPOZORILO: V zgornjih jedeh so lahko prisotni naslednji alergeni:

( v sledeh so lahko prisotni tudi drugi alergeni)

Na podlagi osnovnega jedilnika pri medicinskih dietah alergeno živilo nadomestimo z ustreznim živilom.

- žita, ki vsebujejo gluten, zlasti: pšenica (a), rž(b), ječmen(c), oves(d), pira(e), kamut(f) ali njihove križane vrste, in proizvodi iz njih;
- raki in proizvodi iz njih;
- jajca in proizvodi iz njih;
- ribe in proizvodi iz njih;
- arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih;
- zrnje soje in proizvodi iz njega;
- mleko in mlečni proizvodi (ki vsebujejo laktozo);
- oreški, in sicer: mandlji(a), lešniki(b), orehi(c), indijski oreščki(d), ameriški orehi(e), brazilski oreščki(f), pistacija(g), makadamija(h) ali orehi Queensland(i) ter proizvodi iz njih,
- listna zelena in proizvodi iz nje;
- gorčično seme in proizvodi iz njega;
- sezamovo seme in proizvodi iz njega;
- žveplov dioksid in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO<sub>2</sub> ;
- volčji bob in proizvodi iz njega;
- mehkužci in proizvodi iz njih.



V izrednih primerih si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika!

V koticu imajo učenci vsak dan različne vrste kruha in sadje.

Lokalno pridelana hrana

Bio izdelki

