

JEDILNIK ZA SEPTEMBER OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI

1. TEDEN DAN	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
SR 1. 9. 2021	sendvič, 100 % sok, Frutabella	zelenjavna juha, makaronovo meso, rdeča pesa	makaronovo meso, rdeča pesa
ČE 2. 9. 2021	mlečna prosena kaša, cimetrov posip, banana	gobova juha, kuskus, piščančji zrezek v omaki s sezonsko zelenjavo (paprika, paradižnik, bučke, jajčevci), zelena solata	polnozrnati kruh, jetrna pašteta, paprika, čaj
PE 3. 9. 2021	makovka, kakav, nektarina	goveja juha z rezanci, pire krompir, špinača, zelenjavni polpet, sladoled	rženi kruh, zelenjavni polpet, koščki paradižnika in kumar, sok

2. TEDEN DAN	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PO 6. 9. 2021	ribji namaz, črni kruh, sveže kumare/čebula, zeliščni čaj	brokolijeva juha, dunajski piščančji file s sezamom, pražen krompir, mešana solata	sezamovi grisini, kefir, jabolka
TO 7. 9. 2021	Shema mleka: mleko krompirjeva juha, jušne kroglice/mešani kruh, grozdje	polnozrnate testenine, puranji paprikaš, paradižnikova solata, jabolčni zavitek	jabolčni zavitek, sok/čaj
SR 8. 9. 2021	Shema sadja: jabolka sezamova štručka, bela kava	boranja, carski praženec, jagodni džem kot priloga, breskov kompot	boranja, kruh, breskov kompot
ČE 9. 9. 2021	mlečni riž s kakavovim posipom, banana	korenčkova juha z zdrobom, svinska pečenka, basmati riž, zelena solata	ovseni kruh, čokoladni namaz
PE 10. 9. 2021	polnozrnati kruh, sir, paradižnik, paprika, sadni čaj	bučna juha s kroglicami, ribji file po tržaško, kuhan krompir, mešana solata	bučna juha, polnozrnata žemlja, jabolka

JEDILNIK ZA SEPTEMBER OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI

3. TEDEN DAN	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PO 13. 9. 2021	navadni jogurt s svežim, narezanim sezonskim sadjem, musli	kostna juha z zakuho, Stefani ali lovska pečenka s paradižnikovo omako, pirini njoki, zeljna solata	pirin kruh, smetanov namaz, čaj
TO 14. 9. 2021	Shema mleka: skuta štručka s hrenovko, gorčica, paprika, čaj	zelenjavna juha, špageti carbonara s prilogo- rukola, zelena solata, vanilijev puding	špageti carbonara, zelena solata
SR 15. 9. 2021	Shema sadja: jabolka kruh, maslo, med, mleko	porova juha, EKO ajdova kaša z dušeno sezonsko zelenjavo, kaneloni z mesnim nadevom	črni kruh, piščančja salama, paradižnik
ČE 16. 9. 2021	koruzni kosmiči z mlekom, hruška	tople kumare s krompirjem, hrenovka, kvasenica	kvasenica, sok
PE 17. 9. 2021	rženi kruh, tuna v koščkih, paradižnik, čaj	gobova juha s krompirjem, palačinke z marmelado, jabolčni kompot	palačinke z marmelado, jabolčni kompot

4. TEDEN DAN	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
-----------------	--------	--------	--------------------

JEDILNIK ZA SEPTEMBER OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI

PO 20. 9. 2021	polnozrnata štručka z bučnimi semeni, kakav, jabolko	zelenjavna juha, pečena piščančja bedrca, EKO ajdova kaša z zelenjavo, mešana solata	pečena piščančja bedrca, kruh, paprika
TO 21. 9. 2021	Shema mleka: mleko čufti, črni kruh, melona	krompirjeva juha s fižolom, skutni štruklji z drobtinami, cimetov posip, mešani kompot	krompirjeva juha s fižolom, črni kruh, mešani kompot
SR 22. 9. 2021	Shema sadja: jabolka ovseni kruh, smetanov namaz z zelišči, mleko	pire krompir, dušene bučke v omaki, piščančja pleskavica, prekmurska gibanica	prekmurska gibanica, sadni čaj
ČE 23. 9. 2021	prosenka kaša z mlekom s kakavovim posipom, hruška	juha z grahom in korenčkom, kruhova rulada, goveji zrezki v zelenjavni omaki, rdeča pesa	črni kruh, jagodni džem, hladno mleko
PE 24. 9. 2021	kruh, topljeni sir, sveža paprika ali paradižnik, sadni čaj	sladko zelje s krompirjem v kosih, hrenovka, pecivo s čokolado	polnozrnata žemlja, hrenovka, gorčica

5. TEDEN DAN	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PO 27. 9. 2021	Bel kruh, piščančja pašteta, kisle kumare, zeliščni čaj	brokolijska juha, mesna rižota, zelena solata, muffin	mesna rižota, zelena solata
TO 28. 9. 2021	Shema mleka: mleko pica, čaj, hruška	bučna kremna juha, graham špageti, zelenjavna omaka s tunino, solata iz stročjega fižola	črni kruh, kislina smetana, surove kumare
SR 29. 9. 2021	Shema sadja: jabolka rženi kruh, sojin sir (tofu) v paradižnikovi solati s sezamovimi praženimi semeni in tuno, zeliščni čaj	bistra juha z rezanci, puranji file v smetanovi omaki, polnozrnati njoki, mešana solata	rženi kruh, topljeni sir, hladni čaj
ČE 30. 9. 2021	ovseni kosmiči z mlekom, kakavov posip, lubenica	ričet, črni kruh, rižev narastek, sok	ričet, črni kruh, sok

Opomba:

S krepkim tiskom so označena živila/jedi, ki vsebujejo snovi, ki lahko povzročajo alergije in/ali preobčutljivost. Snovi so navedene v katalogu, ki je na oglasni deski in spletni strani šole.

JEDILNIK ZA SEPTEMBER OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI

V času Covid-19 so sadje, kruh ali drugi predvideni dodatki ob določenem obroku učencem na voljo v razdelilnici hrane, saj v tem času sadni ali drugi kotichek ni priporočljiv.

Sadje, zelenjava ter mleko in mlečni izdelki v okviru **projekta Šolske sheme** so učencem na razpolago v času pouka (kot dodatni obrok malici, kosilu) ali ob koncu pouka.

V jedilnik so tudi vključene jedi, ki jih učenci ne pokušajo pogosto. Učence spodbujamo k uživanju in pokušanju lokalnih regionalnih, slovenskih jedi, občasno pa tudi jedi izven naših meja.

Zaradi različnih dejavnikov, ki vplivajo na dobavo hrane ter organizacijo dela, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

Organizatorica šolske prehrane:
Jasna Lampreht

Ravnateljica:
Brigita Hojnik