

JEDILNIK za november 2022 OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI (7.11.- 11.11.)

DATUM	DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PONEDELJEK 7.11.	KRUH (DOMAČI RŽENI), ŠUNKA V OVITKU, LIST SOLATE, ČAJ Z MEDOM (1)	KISLO ZELJE, PEČENICE, PRAŽEN KROMPIR, KRUH, SOK 100% (1,7)	KRUH, SKUTA, SADJE (1,7)
TOREK 8.11.	MLEČNO: EKO PROSENA KAŠA + KAKAVOV POSIP, ČAJ (1,7)	ENOLONČNICA: LEČINA S PURANJIM MESOM, ZELENJAVO IN ZVEZDICAMI, KRUH, PECIVO (1,3,7)	ENOLONČNICA, KRUH (1,3)
SREDA 9.11.	KRUH (PIRIN), FIŽOLOV NAMAŽ, PAPRIKA, ČAJ (1,3) ŠOLSKA SHEHA : JABOLKO	ŠPINAČNA JUHA, EKO GOVEJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI, KUSKUS S KORENČKOM, ZELENA SOLATA (1,7)	
ČETRTEK 10.11.	ŽEMLJA (Z OTROBI), PIŠČANČJA OBARA (1,3,7)	GRAHOVA JUHA, ŠTRUKLIJ, SADNI KOMPOT (1,7,9)	KRUH, KUHANO JAJCE, KORENJE (1,3)
PETEK 11.11.	KRUH (AJDOV), SIR (LIVADA), KISLE KUMARICE, ČAJ (1) ŠOLSKA SHEMA: MLEKO	MARTINOVO: KOSTNA JUHA, PEČEN PICEK, MLINCI, DUŠENO RDEČE ZELJE (1,3)	

V OKLEPAJU SO ALERGENI PRISOTNI V DOLOČENEM OBROKU, KI LAHKO POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOSTI:

1 - Žita, ki vsebujejo gluten (a-pšenica, b-rž, c-ječmen, d-oves, e-pira, f-kamut), 2 - Raki, 3 - Jajca, 4 - Ribe, 5 - Arašidi, 6 - Zrnje soje, 7 - Mleko, 8 – Oreščki (a-oreh, b-mandlji, c-lešniki), 9 - Listna zelena, 10 - Gorčično seme, 11 - Sezamovo seme, 12 - Žveplov dioksid in sulfiti, 13 – Volčji bob, 14 - Mehkužci

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

JEDILNIK za november 2022 OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI (14.11.- 18.11.)

DATUM	DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PONEDELJEK 14.11.	MAKOV ZAVITEK, <u>DOMAČE MLEKO</u> (1,7,8)	ZELENJAVNA JUHA, MESNA LAZANJA, SOLATA Z RDEČO PESO (1,3,7)	SOLATA Z RDEČO PESO, KRUH (1,12)
TOREK 15.11.	KRUH (POLNOZRNAT), PIŠČANČJE PRSI V OVITKU, PARADIŽNIK, ČAJ (1)	ENOLONČNICA: BUJTA REPA S SV.MESOM, KRUH (RŽEN), SKUTIN KOLAČ (PEČJAK) (1,3,7)	BUJTA REPA, KRUH (1)
SREDA 16.11.	ŽEMLJA (GRAHAM), SARDINE, RDEČA ČEBULA, ČAJ (1,7) ŠOLSKA SHEHA : JABOLKO	KOSTNA JUHA, GOBJI PAPRIKAŠ, ŠIROKI REZANCI, KITAJSKO ZELJE (9,7,1,3)	KORUZNA ŽEMLJA, ČOKOLADNI NAMAZ (1,6,7)
ČETRTEK 17.11.	KRUH (KORUZNI), KUHAN PRŠUT, HREN , ČAJ (1)	KORENČKOVA JUHA, PIŠČANČJI FILE V ZELENJAVNI OMAKI, EKO SLAN KROMPIR , ZELENA SOLATA Z RDEČO LEČO(1,12,3)	SKUTIN BUREK, KISLO MLEKO (1,3,7)
PETEK 18.11.	<u>TADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK</u> <u>(Zajtrk z mlekom - super dan!)</u> + MALICA (BANANA, KRUH)	FIŽOLOVA JUHA Z ZELENJAVO, RIBE (OCVRTI OSLIČ), EKO AJDOVA KAŠA , SOLATA S KORUZO (1,3,7,12)	KRUH, SALAMA, KISLE KUMARICE (1)

V OKLEPAJU SO ALERGENI PRISOTNI V DOLOČENEM OBROKU, KI LAHKO POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOSTI:

1 - Žita, ki vsebujejo gluten (a-pšenica, b-rž, c-ječmen, d-oves, e-pira, f-kamut), 2 - Raki, 3 - Jajca, 4 - Ribe, 5 - Arašidi, 6 - Zrnje soje, 7 - Mleko, 8 – Oreščki (a-oreh, b-mandlji, c-lešniki), 9 - Listna zelena, 10 - Gorčično seme, 11 - Sezamovo seme, 12 -Žveplov dioksid in sulfiti, 13 – Volčji bob, 14 - Mehkužci

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

JEDILNIK za november 2022 OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI (21.11.- 25.11.)

DATUM	DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PONEDELJEK 21.11.	KRUH (LOTMERŠKI), ŠUNKA, ZELENJAVA, ČAJ (1,7) ŠOLSKA SHEMA: MLEKO	CVETAČNA JUHA, PEČENE PIŠČANJE KRAČE/ KRILA, PEČEN KROMPIR, SOLATA (ZELJE/FIŽOL) (1,7)	ŠTRUČKA S SEMENI, TOPLJENI SIR, SOLATA (ZELJE/FIŽOL)
TOREK 22.11.	MLEČNO: PŠENIČNI ZDROB S KOŠČKI TEMNE ČOKOLADE IN MEDU (1,7)	JUHA S STROČJIM FIŽOLOM, ŠPAGETI (POLNOZRNATI) PO BOLONJSKO, PARMEZAN, ZELENA SOLATA S ČIČERIKO(1,3,7,12)	JUHA S STROČJIM FIŽOLOM, KRUH (1)
SREDA 23.11.	KROMPIRJEVO PECIVO Z OCVIRKI, MLEKO (1,3,7) ŠOLSKA SHEHA : JABOLKO	BUČKINA JUHA, CIGANSKA PEČENKA , RIŽ PARBOILD , ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM (1,3,7,12)	SIR (JOŠT), KRUH, SADJE
ČETRTEK 24.11.	KRUH (OVSENI), NAMAZ IZ RDEČE LEČE, ZELENJAVA, ČAJ (1,7)	EKO GOVEJI GOLAŽ, EKO POLENTA , SOLATA (RADIČ, ZELENA SOLATA) (1,3,12)	EKO GOVEJI GOLAŽ , KRUH (1)
PETEK 25.11.	KRUH (BELA ŠTRUCA), TELEČJA OBARA (1,9)	PIŠČANČJA JUHA, KANELONI (BELI SIR), PIRE, ŠPINAČA (1,3,7,12)	BUHTELJ, SADJE (1)

V OKLEPAJU SO ALERGENI PRISOTNI V DOLOČENEM OBROKU, KI LAHKO POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOSTI:

1 - Žita, ki vsebujejo gluten (a-pšenica, b-rž, c-ječmen, d-oves, e-pira, f-kamut), 2 - Raki, 3 - Jajca, 4 - Ribe, 5 - Arašidi, 6 - Zrnje soje, 7 - Mleko, 8 – Oreščki (a-oreh, b-mandlji, c-lešniki), 9 - Listna zelena, 10 - Gorčično seme, 11 - Sezamovo seme, 12 -Žveplov dioksid in sulfiti, 13 – Volčji bob, 14 - Mehkužci

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

JEDILNIK za november 2022 OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI (28.11.- 30.11.)

DATUM	DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PONEDELJEK 28.11.	KRUH (VEČZRNATI), ČOKOLADNI NAMAZ, MLEKO (1,6,7)	ZELENJAVNA JUHA, AJDOVA KAŠA Z BROKOLIJEJEM, PURANJIM FILE, RDEČA PESA (1, 12)	ŠTRUČKA PICA, SOK 100% (1,3,7)
TOREK 29.11.	HAMBURGER S PURANJO PLESKAVICO, ČAJ Z LIMONO (1,3,7)	ENOLONČNICA: PIŠČANČJA OBARA, TORTELINI V SMETANOVI OMAKI, SUHE SLIVE (1,3,7,12)	PIŠČANČJA OBARA, KRUH (1,3,7)
SREDA 30.11.	PLETENKA (SEZAM), JOGURT, ČAJ (1,3,6,7,11) ŠOLSKA SHEHA : JABOLKO	KOSTNA JUHA, GOVEJI ZREZKI V ČEBULNI OMAKI, PIRE, MEŠANA SOLATA (1,3,7)	OVSENI KRUH, ČIČERIKIN NAMAZ (1,7)
ČETRTEK 1.12.			
PETEK 2.12.			

V OKLEPAJU SO ALERGENI PRISOTNI V DOLOČENEM OBROKU, KI LAHKO POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOSTI:

1 - Žita, ki vsebujejo gluten (a-pšenica, b-rž, c-ječmen, d-oves, e-pira, f-kamut), 2 - Raki, 3 - Jajca, 4 - Ribe, 5 - Arašidi, 6 - Zrnje soje, 7 - Mleko, 8 – Oreški (a-oreh, b-mandlji, c-lešniki), 9 - Listna zelena, 10 - Gorčično seme, 11 - Sezamovo seme, 12 -Žveplov dioksid in sulfiti, 13 – Volčji bob, 14 - Mehkužci

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

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

Šola dietne obroke za učence pripravlja ločeno na osnovi **potrdila medicinsko indicirani dieti**, ki jo predpiše specialist pediater in v skladu z internimi navodili šole. Učencem, ki so na posamezne alergene občutljivi, pripravljamo obroke z ustrežno zamenjavo jedi.

Na jedilniku so **ekološka živila** označena **z zeleno barvo**.

Predlogi, pohvale, pripombe, vprašanja so vam na voljo na e-mailu simona.mate@o-cezanjevci.si

Ravnateljica: Brigita HOJNIK

Ekipo v kuhinji: Jožef Močnik, Lidija Močnik, Nataša Slokan
Organizatorica šolske prehrane: Simona MATE