

JEDILNIK ZA MAREC 2023 (OŠ Janka Ribiča CEZANJEVCI)

DAN	DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
SREDA 1.3.	OREHOV ROGLJIČEK, BIO KEFIR (JAGODA) , ČAJ (1,7) ŠOLSKA SHEMA: BIO JABOLKO	ENOLONČNICA: RIČET S PREKAJENIM MESOM, KRUH, SLADICA (1, 3,6,7,9)	RIČET, KRUH (1)
ČETRTEK 2.3.	BIO PROSENA KAŠA NA <u>DOMAČEM MLEKU</u> , SUHE SLIVE (1,7,12)	ZELENJAVNA JUHA, DUNAJSKI ZREZEK, KROMPIRJEVA SOLATA Z ZELJEM (1,3,7,12)	VEČZRNATI ROGLJIČEK, KORENJE, BIO SOK (1)
PETEK 3.3.	RŽENI KRUH, BIO KUHANO JAJCE , KUHANA ŠUNKA, POR, ČAJ (1,3) ŠOLSKA SHEMA: NAVADNI JOGURT	CVETAČNA JUHA, <u>PIRINE TESTENINE</u> S TUNO IN ZELENJAVO, SOLATA S KORUZO, POMARANČA (1,3,7,4,9)	<u>PIRINE TESTENINE</u> S TUNO IN ZELENJAVO (7)
PONEDELJEK 6.3.	KRUH (MEŠANI), PURANJA ŠUNKA V OVIRKU, KISLE KUMARICE, ČAJ (1)	MLEČNA KISLA REPA, PEČENICA, PRAŽEN KROMPIR, ČOKOLADNI ŽEPEK (1,3,7)	SADJE, SIR, KRUH (7)
TOREK 7.3.	KROMPIRJEV GOLAŽ, ŽEMLJA, SADJE (1,7,3)	KORENČKOVA JUHA, BIO AJDOVA KAŠA S PURANJIM MESOM IN ZELENJAVO, CVETAČNA SOLATA (1,3,7,12)	BIO AJDOVA KAŠA S PURANJIM MESOM IN ZELENJAVO
SREDA - 8.3. MEDNARODNI DAN ŽENA	ČOKOLINO, <u>DOMAČE MLEKO</u> (KMETIJA KOSI) (1,7) ŠOLSKA SHEMA: BIO JABOLKO	EKO GOVEJA JUHA , EKO GOVEJI ZREZKI V GORČIČNI OMAKI, SVALJKI, SOLATA (1,3)	SEZAM PLETENICA, ČEŠNJEV PARADIŽNIK (1,11)
ČETRTEK 9.3.	KRUH (OVSENI), ZELENJAVNA OBARA S STROČNICAMI IN TELEČJIM MESOM (1,3,7) ŠOLSKA SHEMA: MLEKO	KOSTNA JUHA Z ZVEZDICAMI, PEČENI PIŠČANEC (BEDRA), MLINCI, RDEČA PESA, SADJE (1,3,7)	ROZINOV KRUH, BIO VANILIJEVO MLEKO (1,7)
PETEK 10.3.	KORUZNI KRUH, BIO KISLA SMETANA , MARMELADA, ČAJ Z LIMONO, SADJE (1,7)	FIŽOLOVA JUHA, CARSKI PRAŽENEC, KOMPOT (1,3,7)	FIŽOLOVA JUHA, KRUH (1,4,7)

PONEDELJEK 13.3.	ŽEMLJA, <u>DOMAČI JOGURT</u> , BOROVNICE (1,7,12)	GRAHOVA JUHA, PIŠČANČJA NABODALA, KUSKUS, AJVAR, SVEŽA ZELENJAVA (PAPRIKA, ČEŠNJEV PARADIŽNIK, ŠALOTKA) (1,3,7,9,12)	KRUH, PAŠTETA, ZELENJAVA (1,7)
TOREK 14.3.	BIO PIRIN ZDROB Z <u>LOKALNIM MLEKOM</u> IN KAKAVOM, BANANA (1,7)	ENOLONČNICA: PASULJ S KLOBASA, KRUH, BUHTELI (1,3,7)	PASULJ S KLOBASO, KRUH (1)
SREDA 15.3.	KRUH (VEČZRNATI), TUNIN NAMAZ, ZELENE OLIVE, ČAJ (1,7) ŠOLSKA SHEMA: BIO JABOLKO	BUČNA JUHA (HOKAIDO), PURANJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI, RIZI BIZI, KISLO RDEČE ZELJE V SOLATI Z BUČNIM OLJEM (1,12,7)	BIO PINJENEC , ZELIŠČNA ŠTRUČKA (1,7)
ČETRTEK 16.3.	PERESNIKI Z MESOM IN ZELENJAVO, RDEČA PESA (1,7) ŠOLSKA SHEMA: MLEKO	LEČINA JUHA, DUNAJSKO POPEČENA RIBA (OSLIČ), PEČEN KROMPIR, RADIČ Z MOTOVILCEM IN ČESNOM (4,1,12)	OSJE GNEZDO, BIO MLEKO (1,3,7,8)
PETEK 17.3.	MINI PIZZA (ŠUNKA-SIR), ČAJ Z LIMONO, SADJE (1,7)	JOTA, AJDOVI ŠTRUKLJI Z DROBTINAMI IN CIMETOM (1,3,7)	AJDOVI ŠTRUKLJI Z DROBTINAMI IN CIMETOM (1,3,7)
PONEDELJEK 20.3.	POLNOZRNATI KRUH, PIŠČANJČJA MAXI, SIR LIVADA, LIST SOLATE, ČAJ (1,3,7)	ZELEJAVNA JUHA, BIO AJDOVA KAŠA Z MLETIM MESOM, KITAJSKO ZELJE S ČIČERIKO (1,7)	BIO AJDOVA KAŠA Z MLETIM MESOM (1,7)
TOREK 21.3.	KVASENICA, <u>DOMAČE MLEKO</u> , HRUŠKA (1,3,7)	FIŽOLOVA JUHA, PEČEN PIŠČANČJI ZREZEK Z ZELIŠČI, ŠIROKI REZANCI, ZELENA SOLATA (1,3,7,12)	KOCKE SIRA, RDEČA PAPRIKA, KRUH (1,7)
SREDA 22.3.	AJDOV KRUH Z OREHI, ČOKOLADNI NAMAZ, <u>DOMAČE MLEKO</u> (1,7) ŠOLSKA SHEMA: BIO JABOLKO	BIO GOVEJI GOLAŽ , BIO POLENTA , RDEČI RADIČ, MEDENJAK (1,7)	BIO GOVEJI GOLAŽ , BIO POLENTA (1,7)
ČETRTEK 23.3.	KISLA JUHA, KRUH, AJDOV KRAPEC (1,3,7,9) ŠOLSKA SHEMA: MLEKO	POROVA JUHA Z ZLATIMI KROGLICAMI, SOJINI POLPETI, KORENČKOV PIRE KROMPIR, BUČKINA OMAKA, SADJE (1,6,7,3,12)	SOJINI POLPETI, KORENČKOV PIRE KROMPIR (1,7)
PETEK 24.3.	<u>RŽENI KRUH</u> , MESO IZ TUNKE, KISLE KUMARE, ČAJ (1,7)	OCVRTI PURANJI ZREZEK, DUŠENA ZELENJAVA (CVETAČA, BABY KORENJE) S PROSENO KAŠO (1,3,7)	PIRINO PECIVO, JABOLKO (1,3,7)

PONEDELJEK 27.3.	KRUH (S SEMENI), KUHAN PRŠUT, HREN V SMETANI, ČAJ Z MEDOM (1,3,7)	PIŠČANČJA JUHA, PIŠČANČJI PAPIKAŠ, NJOKI, ZELENA SOLATA, SADJE (1,3,7,12)	PIŠČANČJI PAPIKAŠ, NJOKI (1,3,7)
TOREK 28.3.	SIROVI TORTELINI V SMETANOVI OMAKI, SADJE (1,3,7)	ENOLONČNICA: SEGEDIN S SVINJSKIM MESOM, KRUH, VIŠNJEV ZAVITEK (1,9,7)	SEGEDIN S SVINJSKIM MESOM, KRUH (1)
SREDA 29.3.	ŠTRUČKA (GRAHAM), SADNI JOGURT, OREHI (1,7,8) ŠOLSKA SHEMA: BIO JABOLKO	BROKOLIJEVA JUHA, TELEČJI ZREZEK V VRTNARSKI OMAKI, KRUHOVI CMOKI, RDEČA PESA (1,3,7,9)	SIROVA ŠTUČKA, SOK(1,7)
ČETRTEK 30.3.	RŽENI KRUH, GOBOVA JUHA S SMETANO IN KROMPIRJEM (1,7)	OHROVTOVA JUHA, RIŽOTA S PURANJIM MESOM IN ZELENJAVO, RDEČE ZELJE V SOLATI, LIMONADA (1,12)	RIŽOTA S PURANJIM MESOM IN ZELENJAVO
PETEK 31.3.	KROMPIRJEVO PECIVO Z OCVRKI, ČAJ (1,7) ŠOLSKA SHEMA: NAVADNI JOGURT	ZELENJAVNA JUHA, RIBJE PALČKE, PIRE, ŠPINAČA (1,3,7)	PIRE, ŠPINAČA (7)
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			

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 ustrezno zamenjavo jedi.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika, zaradi objektivnih razlogov. Hvala za razumevanje.

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

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