

Jedilnik za OKTOBER OŠ Janka Ribiča Cezanjenci

| DAN          | DOPOLDANSKA MALICA                                                               |                      | KOSILO                                                                                          | DRUGA MALICA                                         |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 2. 10. 2023  | Štručka z makom, bela kava(1, 7)                                                 | BIO jabolka          | Kostna juha, svinjski zrezek v naravni omaki, riž, zelena solata (1, 7, 9)                      | Sadni jogurt, pirina žemlja (1, 7)                   |
| 3. 10. 2023  | Sendvič, sok (1)                                                                 | Jabolka (ŠSZ)        | Ričet, prleška gibanica, sadni sok (1, 3, 7)                                                    | Ričet, kruh (1)                                      |
| 4. 10. 2023  | Sezamova pletenica, vroča čokolada (1, 11, 7)                                    | Grozdje              | Cvetačna juha, ocvrte ribe, kocke kuhanega krompirja, rdeča pesa (1, 3, 4, 7)                   | Kvasenica, limonada (1, 7)                           |
| 5. 10. 2023  | Čufti, kruh (1)                                                                  | Jabolka, hruške      | Zelenjavno – mesna enolončnica, kruh, sladoled (1, 7)                                           | Zelenjavno – mesna enolončnica, kruh (1)             |
| 6. 10. 2023  | Rženi kruh, topljeni sir, kumarice, čaj (1, 7)                                   | Mešano sadje         | Sladko zelje s hrenovko, kruh, čokoladni mafin (1, 3, 7, 8)                                     | Čokoladni mafin, čaj (1)                             |
| 9. 10. 2023  | Krof (1)<br><i>Dodatno iz EU Šolske sheme: mleko</i>                             | Grozdje              | Bučna juha s kroglicami, piščančji zrezek na žaru, pražen krompir, rdeča pesa (7)               | Kruh, maslo, marmelada (1, 7)                        |
| 10. 10. 2023 | Mlečni riž s kakavovim posipom (7)                                               | Jabolka (ŠSZ)        | Puranja obara, palačinke, domači jabolčni kompot (1, 3, 7)                                      | Palačinke, domači jabolčni kompot (1, 3, 7)          |
| 11. 10. 2023 | Domači kruh, tunin namaz, olive, čaj (1, 4)                                      | Banane, jabolka      | Kostna juha z rezanci, rižota, zeljna solata (1, 9)                                             | Žemlja, piščančja posebna (1)                        |
| 12. 10. 2023 | Makaronovo meso, rdeča pesa (1)                                                  | Banane               | Juha z zvezdicami, široki rezanci z orehovim posipom, 100% jabolčni sok (1, 8)                  | Široki rezanci z orehovim posipom (1, 8)             |
| 13. 10. 2023 | Pirin kruh, pašteta, kumarice, čaj(1, 7)                                         | Mešano sadje         | Pasulj, kruh, zagrebška rezina (1, 7)                                                           | Pasulj, kruh (1)                                     |
| 16. 10. 2023 | Polbeli kruh, čokoladni namaz (1, 7)<br><i>Dodatno iz EU Šolske sheme: mleko</i> | Jabolka              | Zelenjavno – kremna juha, pečen ribji file, krompir v kosih, zeljna solata s čičeriko (1, 7, 4) | Vanilijev puding (7)                                 |
| 17. 10. 2023 | Stoletni kruh, maslo, marmelada, čaj, kakav (1, 7)                               | Banane, hruške       | Korenčkova juha, pečene piščančje perutničke, mlinci, zelena solata (1)                         | Sezamova štručka, čaj (1, 11)                        |
| 18. 10. 2023 | Sirov žepek, kakav, čaj (1, 7)                                                   | Jabolka (ŠSZ)        | Smetanova juha z ajdovo kašo, krompirjeva musaka, rdeča pesa (1, 7)                             | Kruh, medeno maslo (1, 7)                            |
| 19. 10. 2023 | Čokoladne kroglice z mlekom (1, 7)                                               | Paradižnik, korenček | Piščančji paprikaš, BIO pirine testenine, zelena solata s koruzo (1, 7)                         | Skutni jogurt s sadjem (7)                           |
| 20. 10. 2023 | Domači kruh, sirni namaz z drobnjakom, kakav, čaj (1, 7)                         | Mešano sadje         | Juha z vlivanci in puranjim mesom, marmeladni cmoki, sadni kompot (1)                           | Slani grisini, sok (11)                              |
| 23. 10. 2023 | Rženi kruh, ribji namaz, kumarice, čaj (1,4)                                     | Banane               | Kostna juha, svinjski zrezek v gobovi omaki, kruhov cmok, rdeča pesa (1, 7)                     | Čokoladni rogljiček, čokoladno mleko (1, 7)          |
| 24. 10. 2023 | Mlečna prosena kaša s cimetovim posipom (7)                                      | Jabolka (ŠSZ)        | Goveja juha, govedina, pire krompir, špinača (1, 7)                                             | Polnozrnat kruh, pašteta, jogurt (1, 7)              |
| 25. 10. 2023 | Domači kruh, maslo, med, (1, 7)<br><i>Dodatno iz EU Šolske sheme: mleko</i>      | Mešano sadje         | Zelenjavna enolončnica iz stročjega fižola, njoki z bolonjsko omako, zelena solata (1)          | Zelenjavna enolončnica iz stročjega fižola, kruh (1) |
| 26. 10. 2023 | Hot dog, čaj (1)                                                                 | Jabolka, huške       | Bučna juha s fritati, pleskavica, pečen krompir, rdeča pesa (1, 7)                              | Buhtelj z marmelado, mleko (1,7)                     |
| 27. 10. 2023 | Žemlja, posebna salama, sir, kumarice, čaj, mleko (1, 7)                         | Banane               | Goveji golaž, BIO polenta, zeljna solata (1)                                                    | Goveji golaž, kruh (1)                               |
| 30. 10. 2023 | JESENSKE POČITNICE                                                               |                      |                                                                                                 |                                                      |
| 31. 10. 2023 |                                                                                  |                      |                                                                                                 |                                                      |

V oklepaju so označena živila/jedi, ki vsebujejo snovi, ki povzročajo alergije in/ali preobčutljivost.

**1** – žita, ki vsebujejo gluten (pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut) in proizvodi iz njih; **2**- raki in proizvodi iz njih; **3** – jajca in proizvodi iz njih; **4** – ribe in proizvodi iz njih; **5** – arašidi in proizvodi iz njih; **6** – zrnje soje in proizvodi iz njih; **7** – mleko in mlečni proizvodi; **8** – oreščki (orehi, mandlji, lešniki, oreščki); **9** – listna zelena in proizvodi iz njih; **10** – gorčično seme in proizvodi iz njih; **11** – sezamovo seme in proizvodi iz njih; **12** – žveplov dioksid in sulfati; **13** – volčji bob in proizvodi iz njega; **14** – mehkužci in proizvodi iz njega

Sadje, zelenjava ter mleko in mlečni izdelki v okviru **projekta Šolske sheme** so označeni z rdečo barvo. Z **zeleno barvo** so označeni **ekološki in bio** izdelki.

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

Jedilnik pripravila:  
Jasna Špindler

Ravnateljica:  
Brigita Hojnik

