



# JEDILNIK OKTOBER 2024



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
<b>TOREK, 1. 10. 2024</b>	pirin kruh (1), pečena jajčka (3), planinski čaj, jabolko	polbeli kruh (1), jajčni namaz (3, 7), paprika, bela kava Z EKO mlekom	kostna juha z zakuho (1,3), goveji zrezki v čebulni omaki (1), kruhova rolada (1,3,7), zelje	makova štručka (1,7), mleko (7)
<b>SREDA, 2. 10. 2024</b>	mešani kruh (1), maslo (7), čaj z medom	graham kruh (1), piščančja prsa, paradižnik, sadni čaj z limono	kremna porova juha s čičeriko (1, 7), čufti v paradižnikovi omaki (1), pire krompir (7)	mešani kruh (1), trdi sir, paradižnik
<b>ČETRTEK, 3. 10. 2024</b>	mlečna pletenka (1,7), kakav z manj sladkorja z EKO mlekom	makovka (1,11), banana	bučkina juha (1,7), oslič v koruznem ovoju (4), krompirjeva solata	polnozrnat kruh (1), sirni namaz (7), paprika
<b>PETEK, 4. 10. 2024</b>	temni polnozrnat rogliček (1), toplo mleko (7)	polbeli kruh (1), medeni namaz, jabolko, metin čaj	zelenjavna enolončnica (1), carski praženec (1,3,7), jabolčni kompot	koruzni kosmiči (1), BIO jogurt



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
<b>PONEDELJEK, 7. 10. 2024</b>	črni kruh, pašteta, paradižnik zeliščni čaj,	polbeli kruh (1), <b>BIO maslo (7),</b> marmelada, otroški čaj, <b>jabolko</b>	muškatna juha z bučnimi semeni (1,3,7), lasanja z mletim mesom (1,3,7), <b>zelena solata</b>	ovseni kruh (1), maslo (7), med,
<b>TOREK, 8. 10. 2024</b>	ajdov kruh (1), šunkarica, <b>EKO mleko (7)</b>	mlečni riž z <b>EKO</b> <b>mlekom (3),</b> <b>hruška</b>	kremna porova juha (1,3,7), ocvrt puranji zrezek (1, 3), <b>pražen krompir,</b> rdeča pesa	orehova potička (1,8), mleko (7)
<b>SREDA, 9. 10. 2024</b>	ovseni kruh (1), rezina sira (7), korenček, šipkov čaj	mešan kruh (1), čičerikin namaz (3,7) paprika, korenček, sadni čaj z limono	ohrovtova mineštra (1), skutini štruklji (1,3,7), mešani kompot	grisini, mešano sadje
<b>ČETRTEK, 10. 10. 2024</b>	rženi kruh (1), zeliščni namaz(7), sadni jagodni čaj, <b>jabolko</b>	graham žemlja (1), kuhan pršut, paprika, <b>list zelene solate,</b> zeliščni čaj <b>z medom</b>	špinačna juha s čičeriko (1,7), pečene piščančje krače, mlinci, <b>zelene solata</b>	koruzni kosmiči, <b>jogurt (1)</b>
<b>PETEK, 11. 10. 2024</b>	polnozrnati kruh (1), <b>EKO kisl</b> <b>smetana (7),</b> marmelada <b>EKO mleko</b>	ovseni kruh (1), piščančji namaz (3), kisle kumarice, mleko (7)	telečja obara z ajdovimi žličniki (1,3), domače pecivo (1,3,7)	temni rogljiček (1), banana



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
<b>PONEDELJEK, 14. 10. 2024</b>	polnozrnati kruh (1), polsuha goveja salama, zelena paprika, sadni čaj <b>jabolko</b>	polbeli kruh (1), <b>pečena jajčka (3)</b> , paprika, planinski čaj z <b>medom</b> ananas	fižolova kremna juha (1, 7), mesni polpeti (1, 3, 9), pražen krompir, <b>zeljna solata</b>	solatni krožnik, ovseno pecivo (1)
<b>TOREK, 15. 10. 2024</b>	ovseni kosmiči (1), <b>EKO mleko (7)</b>	polnozrnati kruh (1), rezina trdega sira (7), korenček, mleko	otročka juha (1,3), svinjski trakci v naravni omaki (1), široki rezanci (1,3), <b>zelena solata</b>	<b>kefir (3)</b> , žemlja (1)
<b>SREDA, 16. 10. 2024</b>	rženi kruh (1), zeliščni namaz(7), sadni jagodni čaj	ovseni kruh (1), ribji namaz (3), zeliščni čaj grozdje	piščančja juha z vlivanci (1,3), piščančji zrezek (1,3), rizi – bizi, <b>rdeči radič z jajčko</b>	polnozrnati keksi, sadje
<b>ČETRTEK, 17. 10. 2024</b>	mlečni riž z <b>EKO</b> <b>mlekom (3)</b> , banana	ovseni kosmiči, koruzni kosmiči z manj sladkorja (1), <b>toplo EKO mleko (7)</b>	špinačna juha (1,7) orada (1,3,7) <b>kuhan krompir v kosih</b> z blitvo paradižnikova solata	grisini, zelenjava
<b>PETEK, 18. 10. 2024</b>	mlečna pletenka (1,7), kakav z manj sladkorja z <b>EKO mlekom</b>	kruh z drožmi (1), Aljaževa salama, kisle kumare, paradižnik <b>100% EKO jabolčni sok</b> <b>redčen z vodo</b>	česnova juha (1,7), zelenjavna rižota, <b>zelena solata</b> s čičeriko	sendvič (1,7), limonada



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
<b>PONEDELJEK, 21. 10. 2024</b>	koruzni kruh (1), kisla smetana (7), marmelada, čaj	graham žemlja (1), sirni namaz (7), zelena solata, paradižnik, melisin čaj	bučkina kremna juha(1,3,7), pečenka v lastnem soku, pražen krompir, rdeča pesa	mešani kruh (1), piščančja prsa, paradižnik
<b>TOREK, 22. 10. 2024</b>	koruzni kosmiči s čoko kroglicami brez sladkorja (1), <b>EKO mleko (7)</b>	polnozrnati rogljiček (1, 5, 6), žitna kava z <b>EKO mlekom (7), hruška</b>	kremna juha iz stročnic, piščančji zrezek v naravni omaki, riž z ajdovo kašo, <b>zelena solata</b>	sadni krožnik, ovseno pecivo (1)
<b>SREDA, 23. 10. 2024</b>	ovseni kruh (1), piščančja klobasa sadni čaj	ovseni kruh (1), kuhan pršut, korenček, sadni čaj	korenčkova juha, goveji trakci v bučkini omaki (1,7), peresniki (1,3), <b>zelena solata</b>	ovseni kruh (1), kisla smetana jabolko
<b>ČETRTEK, 24. 10. 2024</b>	mlečni kruh (1,7) bele kava z <b>EKO mlekom</b>	sirova štručka (1,6,7), <b>bio jogurt (7), banana</b>	zelenjavna enolončnica s pirinimi žličniki in ajdovo kašo (1,3), mešani kruh (1), domači puding (1,7)	polbeli kruh (1), maslo (7), med, mleko
<b>PETEK, 25. 10. 2024</b>	polenta, mleko (7)	kruh z drožmi (1), kisla smetana (7), marmelada, zeliščni čaj, <b>jabolko</b>	zdrobova juha (1, 7), špageti z bolonjsko omako (1,3,7), <b>zelena solata</b>	polnozrnati rogljiček (1,11) tekoči jogurt (7)

DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK, 28. 10. 2024	<b>JESENSKE POČITNICE</b>			
TOREK, 29. 10. 2024	<b>JESENSKE POČITNICE</b>			
SREDA, 30. 10. 2024	<b>JESENSKE POČITNICE</b>			
ČETRTEK, 31. 10. 2024	<b>DAN REFORMACIJE</b>			



Otroci imajo skozi ves dan na voljo jabolka in vodo. Šola sodeluje v Shemi šolskega sadja in mleka. Zaradi različnih dejavnikov, ki vplivajo na dobavo in pripravo hrane ter organizacijo dela, si pridružujemo pravico za spremembo jedilnika. Jedilnik je pripravila Klavdija Hartman, prof. bio-kem., v sodelovanju s komisijo za prehrano. Na spletni strani šole in vrtca je objavljeno obvestilo: Alergeni v živilih, podrobnejše informacije o alergenih v živilih, ki jih ponujamo so v tabelah, ki se nahajajo ob oglasni deski in na tel. št: 02 444 11 87.



- lokalna živila



- eko živila

**Skladno z Uredbo (ES) št. 1169/2011 in Uredbo o izvajanju uredbe (EU) (Uradni list RS, št. 6/14) ima šola izdelan seznam jedi z označenimi snovmi, ki lahko povzročajo alergije ali preobčutljivosti.**

Seznam alergenov:

**1. Žita, ki vsebujejo gluten, zlasti: pšenica (npr. pira in horasan), rž, ječmen, oves ali njihove križane vrste, in proizvodi iz njih, razen:**

- a. glukočnih sirupov na osnovi pšenice, vključno z dekstrozo,
- b. maltodekstrinov na osnovi pšenice,
- c. glukočnih sirupov na osnovi ječmena,
- d. žit, ki se uporabljajo za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora.

**2. Raki in proizvodi iz njih.**

**3. Jajca in proizvodi iz njih.**

**4. Ribe in proizvodi iz njih, razen:**

- a. ribje želatine, ki se uporablja kot nosilec za vitamine ali karotenoide,
- b. ribje želatine ali želatine iz ribjih mehurjev, ki se uporablja kot sredstvo za bistrenje piva in vina.

**5. Arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih.**

**6. Zrnje soje in proizvodi iz njega, razen:**

- a. popolnoma rafiniranega sojinega olja in maščob),
- b. naravnih zmesi tokoferola (E306), naravnega D-alfa-tokoferola, naravnega D-alfa-tokoferol acetata, naravnega D-alfa-tokoferol sukcinata iz soje,
- c. rastlinskih sterolov in estrov rastlinskih sterolov iz sojinega olja,
- d. rastlinskih estrov stanola, proizvedenih iz sterolov iz sojinega olja.

**7. Mleko in mlečni proizvodi (ki vsebujejo laktozo), razen:**

- a. sirotke, ki se uporablja za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora,
- b. laktitola.

**8. Oreški, in sicer mandlji (*Amygdalus communis* L.), lešniki (*Corylus avellana*), orehi (*Juglans regia*), indijski oreščki (*Anacardium occidentale*), ameriški orehi (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), brazilski oreščki (*Bertholletia excelsa*), pistacija (*Pistacia vera*), makadamija ali orehi Queensland (*Macadamia ternifolia*) ter proizvodi iz njih, razen oreškov, ki se uporabljajo za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora.**

**9. Listna zelena in proizvodi iz nje.**

**10. Gorčično seme in proizvodi iz njega.**

**11. Sezamovo seme in proizvodi iz njega.**

- 12. Žveplov dioksid in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO<sub>2</sub>, ki se izračunajo za proizvode, ki so pripravljeni za uživanje ali obnovljeni v skladu z navodili proizvajalcev.**
- 13. Volčji bob in proizvodi iz njega.**
- 14. Mehkužci in proizvodi iz njih.**