JEDILNIK OŠ JURŠINCI **JANUAR 2023**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | ZAJTRK | MALICA | KOSILO | POPOLDANSKA MALICA vrtec |
| PON 2. 1. | PRAZNIK – NOVO LETO | | | |
| TOR 3. 1. | Rženi kruh1,  maslo7, med,  mleko7 | Tunin namaz7,  rženi kruh1, sadni čaj  Dodatno iz ŠS: jabolka | Cvetačna juha1,7, piščančji zrezek v omaki1, skutini svaljki1,3,7, zelena solata | Črna žemlja1, jabolko |
| SRE 4. 1. | Polnozrnati kruh1, trdo kuhano jajce3, sadni čaj | Domači jogurt7 vanilija, črna žemlja1 | Juha z vlivanci1,3, rižota s svinjskim mesom, zelena solata, kaki | Masleni rogljiček1,3,7, mleko7 |
| ČET 5. 1. | Prosena kaša1 na mleku7, banana | Pirina štručka1, hrenovka, gorčica, planinski čaj | Porova juha1,7, špageti1,3 z bolonjsko omako, zelena solata s korenčkom | Rženi kruh1, rezine sira7,  čaj |
| PET 6. 1. | Rezine piščančjih prsi, paradižnik, rženi kruh1, čaj | Cesarski praženec1,3,7, jabolčni kompot | Piščančji paprikaš1, polenta1, zelena solata, čokoladni puding7 | Skuta7 s sadjem, pirin kruh1 |
|  |  |  |  |  |
| PON 9. 1. | Pirin kruh1, skutin namaz7, sveža paprika, čaj | Maslo7, med, rženi kruh1, zeliščni čaj, hruška  Dodatno iz ŠS: mleko | Goveja juha z rezanci1,3, goveji zrezki v omaki, riž s korenčkom, kitajsko zelje | Banana,  zeliščni čaj |
| TOR 10. 1. | Polnozrnata štručka1, mleko7, rezine jabolk | Gobova juha s krompirjem1,7, rženi kruh1  Dodatno iz ŠS: jabolka | Brokoli juha1,7, pečen piščanec, pečen krompir, zelena solata | Vanilijev puding7, rženi kruh1 |
| SRE 11. 1. | Pšenični zdrob1 na mleku7, pirinabombetka1 | Testenine z mesom1,3, rdeča pesa, čaj | Goveja juha s kašico1,3, sojin polpet, bučkina omaka, pire krompir7 | Ajdov kruh1, mleko7 |
| ČET 12. 1. | Rženi kruh1, pašteta, kisle kumarice, čaj z medom | Koruzni žganci1, mleko7, pirin kruh1, jabolko | Korenčkova juha, lazanja1,3,7, zelena solata, mandarina | Polnozrnata štručka1, mandarina |
| PET 13. 1. | Maslo7, sadni namaz, rženi kruh1, čaj z limono | Sendvič s črno  žemljo1, sadni čaj,  mandarina | Kostna juha s kroglicami1,3,7, svinjski zrezki v omaki, kruhova rolada1,3,7, zelena solata | Tunin namaz7, rženi kruh1, zeliščni čaj |
|  |  |  |  |  |
| PON 16. 1. | Koruzni kruh1, čičerikin namaz1,7, zelena paprika,  sadni čaj | Polnozrnati kruh1, skutin namaz7 z zelišči, paradižnik, sadni čaj  Dodatno iz ŠS: mleko | Goveja juha z zelenjavo, puranji trakci v smetanovi omaki7, pire krompir7, zelena solata | Sadni krožnik / banana, kaki, mandarina |
| TOR 17. 1. | Mlečna pletenka1,7, mleko7, jabolko | Gosta juha z zelenjavo in puranjim mesom, rženi kruh1  Dodatno iz ŠS: jabolka | Cvetačna juha1,7, testenine z mesom1,3, rdeča pesa,  pomarančni sok | Skutni namaz7, rženi kruh1, čaj |
| SRE 18. 1. | Pirin kruh1, rezine sira7, zeliščni čaj, kaki | Pica1,3,7, čaj z limono, mandarina | Ričet1 z zelenjavo, rženi kruh1, domači skutin štrudelj1,3,7 | Navadni jogurt7, ½ banane |
| ČET 19. 1. | Rženi kruh1, piščančja klobasa, paradižnik, čaj | Pšenični zdrob1 na mleku7, cimet, črna žemlja1 | Čista juha z zakuho1,3, pečena svinjina, pražen krompir, zelena solata, sadna kupa7 | Mandarina, črna žemlja1 |
| PET 20. 1. | Zelenjavne ribe, rženi kruh1, čaj | Kraljeva štručka1, kakav7 | Goveji golaž1, polenta, slivovi cmoki1,3,7 | Palačinke1,3,7, zeliščni čaj |
|  |  |  |  |  |
| PON 23. 1. | Mlečni riž7, pirin kruh1, sadni krožnik | Pašteta, kumarice, rženi kruh1, čaj  Dodatno iz ŠS: mleko | Enolončnica s piščančjim mesom in zelenjavo1, riž, domači buhtelj1,3,7 | Puding čokoladni7, pirin kruh1 |
| TOR 24. 1. | Rženi kruh1, sirni namaz7, paprika, čaj z limono | Krompirjev golaž, hrenovka, rženi kruh1  Dodatno iz ŠS: jabolka | Goveja juha z rezanci1,3, goveji zrezek v omaki, ajdova kaša, zelena solata | Štručka s semeni1, hruška |
| SRE 25. 1. | Koruzni žganci1, mleko7, črna žemlja1 | Piščančji hamburger1,3,7, čaj z limono | Česnova juha1,7, musaka1,3,7, zelena solata,  jabolčni kompot | Rženi kruh1, piščančja klobasa, čaj |
| ČET 26. 1. | Pirina štručka1, hrenovka, zeliščni čaj | Sezamova štručka1,7, sadni jogurt7 | Goveja juha, dunajski zrezek1,3,7, pečeni krompir, zelena solata | Jabolčna kašica, masleni keksi1,3,7 |
| PET 27. 1. | Pražena jajčka3, rženi kruh1, sadni čaj | Štručka sir šunka1,3,7, jabolko, sadni čaj | Čista juhaz zelenjavo, testenine s tunino omako1,3,7, zelena solata | Koruzni kosmiči1, mleko7 |
|  |  |  |  |  |
| PON 30. 1. | Koruzni kruh1, medeno maslo7, čaj/mleko7 | Avokadov namaz7, rženi kruh1, sadni čaj z medom  Dodatno iz ŠS: mleko | Goveja juha z rezanci1,3, kuhana govedina, pire krompir7, špinača | Čokoladno mleko7, bombetka1 |
| TOR 31. 1. | Ovseno-čokoladni kosmiči1, mleko7 | Goveja juha z rezanci1,3 in govejim mesom, rženi kruh1  Dodatno iz ŠS: jabolka | Porova juha1,7, file ribe, krompirjeva solata, puding7 | Rešetko jogurt mango1,3,7, zeliščni čaj |

Legenda alergenov: 1 žita z glutenom, 3 jajca, 7 mleko in mlečni izdelki z laktozo, 8 oreški

BMD-brezmesni dan, BMK-brezmesno kosilo

Vključeni smo v projekt Šolska shema. Učenci lahko vsak dan od 12. ure dobijo sadni obrok in mleko po želji. V času po malici imajo na razpolago nesladkan čaj.

Opomba: otroci v vrtcu imajo namesto gobove juhe govejo juho .

Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika in upoštevamo smernice zdravega prehranjevanja.

S 13. decembrom 2014 se je začela uporabljati Uredba (EU) št. 1169/2011 o zagotavljanju informacij potrošnikom, spremembah uredb (ES) št. 1924/2006 in (ES) št. 1925/2006 Evropskega parlamenta in Sveta ter razveljavitvi Direktive Komisije 87/250/EGS, Direktive Sveta 90/496/EGS, Direktive Komisije 1999/10/ES, Direktive 2000/13/ES Evropskega parlamenta in Sveta, direktiv Komisije 2002/67/ES in 2008/5/ES in Uredbe Komisije (ES) št. 608/2004 (v nadaljevanju Uredba 1169/2011).

Navedena uredba v 44. členu določa, da so podatki o alergenih, kadar so ti prisotni v končnem proizvodu, obvezni tudi za nepredpakirana živila ponujena za prodajo končnemu potrošniku. Seznam sestavin ali proizvodov, ki povzročajo alergije ali preobčutljivosti so navedeni v Prilogi na vidnem mestu ob jedilniku za tekoči mesec. Upoštevamo smernice zdravega prehranjevanja.