JEDILNIK OŠ JURŠINCI **MAREC 2023**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | ZAJTRK | MALICA | KOSILO | POPOLDANSKA MALICA |
| SRE 1.3. | med, maslo7, rženi kruh1, sadni čaj z limono | makaroni1,3 z mletim mesom, rdeča pesa,  sadni čaj | enolončnica s kvinojo1, zelenjavo in puranjim mesom, skutine palačinke1,3,7 | banana, pomaranča |
| ČET 2.3.  ZIMSKI ŠPORTNI DAN | pašteta, ajdov kruh1, vložene kumarice, čaj | sendvič1, sveže sadje, planinski čaj | cvetačna juha1,7, svinjski zrezki v omaki1, riž,  zelena solata | sadni jogurt7,  ½ črne žemlje1 |
| PET 3.3.  BREZMESNO KOSILO | prosena kaša1 na mleku7, cimet, pirin kruh1, rezine jabolk | kraljeva štručka1, čaj, mandarina | čista juha z zakuho1,3, pečene ribe, masleni krompir7 s porom, zelena solata | mlečna pletenka1,7, rezine jabolk |
|  |  |  |  |  |
| PON 6.3. | makova štručka1,7, kakav7,8, rezine jabolk | avokadov namaz7, kruh hribovc1, sadje, čaj  Dodatno iz ŠS: mleko | piščančji paprikaš1, polenta1, domači jabolčni štrudelj1,3,7 | hruška, pirin kruh1 |
| TOR 7.3. | pirin kruh1, rezine sira7, paradižnik, sadni čaj | enolončnica s krompirjem in hrenovko, rženi kruh1  Dodatno iz ŠS: jabolka | porova kremna juha1,7, pečenica, pražen krompir, zelje v solati | rženi kruh1, hrenovka, kumarice, čaj |
| SRE 8.3. | nutelin namaz7,8, rženi kruh1, mleko7 | štručka šunka sir1,3,7, sadni čaj,  mandarina | goveja juha z rezanci1,3, kuhana govedina, pire krompir7, kremna špinača7 | pomaranča, črna žemlja1 |
| ČET 9.3. | poli klobasa, paradižnik, rženi kruh1, zeliščni čaj | pšenični zdrob1 na mleku7,  temna žemlja1 | kostna juha z ribano kašo1,3, svinjska pečenka, kus kus1, zelena solata z redkvico | jabolčni zavitek1,3,7, mleko7 |
| PET 10.3.  BREZMESNO KOSILO | tunin namaz7, rženi kruh1, zelena paprika, čaj | ajdov kruh1, maslo7, kakav7,8, jabolko | gobova juha1,7, kmečki ajdovi svaljki1,3,7, smetanova omaka1,7, zelena solata | rženi kruh1, poli klobasa, čaj |
|  |  |  |  |  |
| PON 13.3. | koruzni kruh1, kisla smetana7, jagodni džem, čaj | tunin namaz7, rženi kruh1, čaj  Dodatno iz ŠS: mleko | česnova juha1,7, pečena piščančja bedrca, dušen riž, zeljna solata | navadni jogurt7, banana |
| TOR 14.3. | pirina bombetka1, mleko7, rezine jabolk | ričet1 z zelenjavo, rženi kruh1  Dodatno iz ŠS: jabolka | korenčkova juha1,7, svinjski zrezki v naravni omaki1, kruhovi cmoki1,3,7, zelena solata | ajdove palačinke1,3,7, čaj |
| SRE 15.3. | čokolino1,8 na mleku7, ½ banane | piščančji hamburger1,3,7,  čaj z limono | enolončnica1 z zelenjavo, žličniki1,3 in mesnimi kroglicami1,3,7  jogurtovo pecivo1,3,7 | jabolčna kašica, masleni keksi1,3,7 |
| ČET 16.3. | žemlja1,7, kuhano jajce3, sadni čaj | skuta7 s podloženim sadjem, polnozrnata bombetka1 | goveja juha z rezanci1,3, govedina v zelenjavni omaki, ajdova kaša1, zelena solata | kruh hribovc1, salama piščančje prsi, čaj |
| PET 17.3.  BREZMESNO KOSILO | rženi kruh1, čičerikin namaz1,7, čaj | jajčna omleta\*, pirin kruh1, zeliščni čaj | kisla repa1,7, pire krompir7, zabeljen fižol7 | sezamova štručka1,7,  kakav7,8 |
|  |  |  |  |  |
| PON 20.3. | pšenični zdrob1 na mleku7, bela žemlja1,7 | rženi kruh1, pašteta, olive, sadni čaj  Dodatno iz ŠS: mleko | ričet1 z zelenjavo in hrenovko, domači buhtelj1,3,7 | masleni rogljiček1,3,7, sadni čaj |
| TOR 21.3. | rženi kruh1, rezine piščančjih prsi, paradižnik, čaj | enolončnica1 s piščančjim mesom in zelenjavo, rženi kruh1  Dodatno iz ŠS: jabolka | goveja juha z rezanci1,3, dunajski zrezek1,3, pomfri, zelena solata | jagodni puding7 |
| SRE 22.3. | ovseni/čokoladni kosmiči1,8, mleko7, rezine hrušk | pica1,3,7, čaj  z limono | brokoli juha1,7, testenine1,3 z mletim mesom, rdeča pesa, rešetko mango1,3,7 | pirina štručka1, rezine sira7, čaj |
| ČET 23.3. | avokadov namaz7, rženi kruh1, sadni čaj z medom | koruzni žganci1 z ocvirki, mleko7,  črna žemlja1 | goveja juha s kroglicami1,3,7, puranji zrezek, pečen krompir, mešana solata | banana, kivi, korenček krožnik |
| PET 24.3.  BREZMESNO KOSILO | pražena jajčka3, polnozrnati kruh1, zeliščni čaj | pirin kruh1, sir7, planinski čaj, banana | fižolova enolončnica1, rižev narastek1,3,7, jabolčni kompot | koruzni kruh1, skutin namaz7, paprika, čaj |
|  |  |  |  |  |
| PON 27.3. | sirova štručka1,7, sadni čaj | med, maslo7, rženi kruh1, zeliščni čaj  Dodatno iz ŠS: mleko | goveji golaž1, polenta1, zelena solata, čokoladni puding7 | ajdov kruh1, mleko7, sadje |
| TOR 28.3. | zeliščni namaz7, rženi kruh1, čaj | gobova juha1,7 s krompirjem, kruh hribovc1  Dodatno iz ŠS: jabolka | porova juha1,7, kaneloni1,3,7, zelena solata, sadna kupa7 | polnozrnati keksi1, sveže sadje |
| SRE 29.3. | črna žemlja1, hrenovka, ketchup, sadni čaj | cesarski praženec1,3,7, jabolčni kompot | kostna juha z zakuho1,3, popečeni piščančji trakci, skutini svaljki1,3,7, solata | skuta7 s podloženim sadjem |
| ČET 30.3. | koruzni žganci1, mleko7, sadje | domači jogurt oki doki7,8, pirina bombetka1 | čufti v paradižnikovi omaki1, pire krompir7, zelena solata | rženi kruh1, pašteta, čaj |
| PET 31.3.  BREZMESNO KOSILO | medeni namaz7, rženi kruh1, čaj | sezamova pletenka1,7, kakav7,8 | čista juha z zelenjavo, testenines tuno1,3,7, zelena solata | čokoladno mleko7,8, žemlja1,7 |

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

BMD-brezmesni dan, BMK-brezmesno kosilo

\*nojeva jajca

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.