JEDILNIK OŠ JURŠINCI **MAREC 2025**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Datum | ZAJTRK | MALICA | KOSILO | POPOLDANSKA MALICA |
|  |  |  |  |  |
| PON 3.3. | polnozrnata štručka1, mleko7, rezine jabolk | med, maslo7, rženi kruh1, zeliščni čajDodatno iz ŠS: mleko | goveja juha z rezanci1,3, kuhana govedina, pražen krompir, zeljna solata  | banana, pomaranča |
| TOR 4.3. | pirin kruh1, rezine sira7, paradižnik, sadni čaj | enolončnica1 z zelenjavo, kruh hribovc1, krof1,3,7 Dodatno iz ŠS: jabolka | kostna juha z ribano kašo1,3, svinjska pečenka, kus kus1, zelena solata z redkvico | rženi kruh1, piščančja klobasa, čaj |
| SRE 5.3. BREZMESNI DAN  | prosena kaša1 na mleku7, cimet, ½ banane  | cesarski praženec1,3,7, jabolčni kompot   | goveja juha1,3, kmečki ajdovi svaljki1,3,7, smetanova omaka1,7, zelena solata | sadni krožnik, črna žemlja1 |
| ČET 6.3. | rezine piščančjih prsi, paprika, rženi kruh1, zeliščni čaj | sezamova pletenka1,7, bio smooti7 breskev krepko | porova kremna juha1,7, pečenica, pire krompir7, dušeno zelje  | bio mleko7 vanilija krepko, ½ žemlje1,7  |
| PET 7.3.BREZMESNO KOSILO | tunin namaz7, rženi kruh1, sveža zelenjava, planinski čaj | sendvič1 s suho salamo, mandarina, planinski čaj | enolončnica s kvinojo1, zelenjavo in puranjim mesom, skutine palačinke1,3,7  | mlečna pletenka1,7, čaj |
|  |  |  |  |  |
| PON 10.3. | koruzni kruh1, kisla smetana7, jagodni džem, sadni čaj | tunin namaz7, rženi kruh1, paprika, sadni čajDodatno iz ŠS: mleko | česnova juha1,7, pečena piščančja bedrca, dušen riž, zelena solata | navadni jogurt7, banana |
| TOR 11.3. | pirina bombetka1, mleko7, rezine jabolk | ješprenova enolončnica1 z zelenjavo, rženi kruh1Dodatno iz ŠS: jabolka | korenčkova juha1,7, svinjski zrezki v naravni omaki1, kruhovi cmoki1,3,7, zelena solata | ajdove palačinke1,3,7, čaj |
| SRE 12.3. | čokolino1,8 na mleku7, ½ temne žemljice1  | hamburger1,3,7, čaj z limono  | enolončnica1 z zelenjavo, žličniki1,3 in piščančjim mesom, jogurtovo pecivo1,3,7 | kruh hribovc1, tunin namaz7, čaj  |
| ČET 13.3. | rženi kruh1, kuhano jajce3, sadni čaj | pšenični zdrob1 na mleku7, črna žemlja1  | goveja juha z rezanci1,3, govedina v zelenjavni omaki, ajdova kaša1, zelena solata | sezamova štručka1,7,mleko7 |
| PET 14.3.BREZMESNI DAN  | avokadov namaz7, rženi kruh1, sadni čaj z medom  | kraljeva štručka1,3,7, sadni čaj, mandarina | čista juha z zakuho1,3, kisla repa7, pire krompir7, zabeljen fižol7 | rezine jabolk, polnozrnati keksi1,3,7  |
|  |  |  |  |  |
| PON 17.3. | pšenični zdrob1 na mleku7, bela žemlja1,7 | skutin namaz7, kruh hribovc1, sadje, čaj Dodatno iz ŠS: mleko | ričet1 z zelenjavo in hrenovko, domači buhtelj1,3,7 | masleni rogljiček1,3,7, sadni čaj |
| TOR 18.3. | rženi kruh1, maslo7, paradižnik, sadni čaj | enolončnica1 s piščančjim mesom in zelenjavo, rženi kruh1Dodatno iz ŠS: jabolka | goveja juha z rezanci1,3, dunajski zrezek1,3, pečen krompir, zelena solata | jagodni puding7 |
| SRE 19.3. | ovseno/čokoladni kosmiči1,8, mleko7, rezine hrušk | štručka šunka sir1,3,7, sadni čaj, mandarina | brokoli juha1,7, testenine1,3 z mletim mesom, rdeča pesa, rešetko mango1,3,7 | pirina štručka1, rezine sira7, čaj |
| ČET 20.3. | rženi kruh1, čičerikin namaz1,7, čaj | koruzni žganci1 z ocvirki, mleko7, črna žemlja1 | goveja juha s kroglicami1,3,7, puranji zrezek v omaki, riž z grahom, zelena solata | banana, kivi, korenček krožnik |
| PET 21.3.BREZMESNO KOSILO | pražena jajčka3, polnozrnati kruh1, zeliščni čaj | pirin kruh1, sir7, planinski čaj, banana | čista juha z zakuho1,3, pečene ribe, masleni krompir7 s porom, zelena solata | koruzni kruh1, skutin namaz7, pomarančni sok  |
|  |  |  |  |  |
| PON 24.3. | sirova štručka1,7, sadni čaj | rženi kruh1, pašteta, olive, sadni čaj Dodatno iz ŠS: mleko | goveji golaž1, polenta1, zelena solata, čokoladni puding7 | ajdov kruh1, mleko7, sadje  |
| TOR 25.3. | zeliščni namaz7, rženi kruh1, čaj planinski  | gobova juha1,7 s krompirjem, kruh hribovc1Dodatno iz ŠS: jabolka | porova juha1,7, kaneloni1,3,7, zelena solata, sadna kupa7 | masleni keksi1,3,7, pomaranče  |
| SRE 26.3. | črna žemlja1, pašteta, ketchup, sadni čaj | makaroni1,3 z mletim mesom, rdeča pesa,pomarančni sok | kostna juha z zakuho1,3, pečen piščanec, skutini svaljki1,3,7, solata | skuta7 s podloženim sadjem |
| ČET 27.3. | koruzni žganci1, mleko7, sveže sadje  | domači jogurt oki doki7,8, pirina bombetka1 | čufti v paradižnikovi omaki1, pire krompir7, zelena solata, sadje  | pirina bombetka1 hruška  |
| PET 28.3.BREZMESNO KOSILO | med, maslo7, rženi kruh1, čaj kamilica  | ajdov kruh1, maslo7, bela kava7, jabolko  | čista juha z zelenjavo, testenines tuno1,3,7, zelena solata | rižev napitek, bela žemlja1,7 |
|  |  |  |  |  |
| PON 31.3.  | rženi kruh1, puranja klobasa, sveža zelenjava, čaj kamilica  | rženi kruh1, avokadov namaz7, zeliščni čaj, banana  | enolončnica1 z zelenjavo in svinjskim mesom, rižev narastek1,3,7, jabolčni kompot  | skutin žepek1,3,7, 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.