

Partizanska cesta 16
2392 Mežica
telefon:
02 6211800
fax:
02 6211813
e-mail:
tajnistvo@os-mezica.si



SHEMA
ŠOLSKEGA
SADJA
IN ZELENJAVE



Štev.: 6002-1/2018-11

JEDILNIK – januar 2019

	MALICA	ALERGEN I	KOSILO	ALERGEN I
ČETRTEK 3.1.2019	Francoski rogljiček(1,3,7), čaj, sadje	1-gluten 7-mleko in mlečni izdelki 3-jajca	Makaronovo meso(1,3), rdeča pesa	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki 3-jajca
PETEK 4.1.2019	Mešan kruh(1), ogrska salama, paprika (SŠS), čaj, jabolko	1-gluten	Brokolijeva juha(1), rižev narastek(1,7,3), kompot	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml. izdelki
PONEDELJEK 7.1.2019	Sezamova štručka (1), kakav(7), hruška	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Zdrobova juha s korenčkom(1), svinjska pečenka(1) riž(1), pomaranča	1-gluten
TOREK 8.1.2019	Ego napitek(7), koruzna žemlja(1), sadje	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Krompirjev golaž(1), hrenovka, puding(7)	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki
SREDA 9.1.2019 SŠS: vanilijev kaki	Pica štručka(1), <u>100% sok</u> , <u>mandarina</u>	1-gluten	Puranji zrezek v zelenjavni omaki(1), testenine(1,3), rdeča pesa	1-gluten 3-jajca
ČETRTEK 10.1.2019	Mešani kosmiči(1), sadni jogurt(7), kajzerica(1), banana	1-gluten 7-mleko in mlečni izdelki	Fižolova juha z ribano kašo(1), jogurtovo pecivo, kompot iz gozdnih sadežev	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki

PETEK 11.1.2019	Presta(1), <u>100% jabolčni sok</u> , pomaranča	1-gluten	Boranija s piščančjim in govejim mesom(1), kus kus(1), kitajsko zelje s krompirjem	1-gluten
PONEDELJEK 14.1.2019	Rženi kruh(1), otročka pašteta(1), kisle kumarice, čaj, kivi	1-gluten	Goveja juha z vlivanci(1,3), špageti(1,3), haše omaka(1,7), zelena solata s čičeriko	1-gluten 7- mleko in ml. izdelki 3-jajca
TOREK 15.1.2019	Polnozrnati kruh(1), mortadela(1), sir(7), paprika (SŠS), sadni čaj, jabolko	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Rižota s svinjskim mesom(1), zelena solata, sadje	1-gluten
SREDA 16.1.2019 SŠS: hruška	Beli kruh(1), viki krema(1,7), kakav(7), kaki	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Dušen puranji zrezek v omaki(1), testenine(1, 3), zeljna solata, sadje	1-gluten 3- jajca
ČETRTEK 17.1.2019	Koruzni kruh (1), maslo, med, kakav(7)	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Kislo zelje, kuhan krompir(1), pečenica(1), marmorni kolač(1,3,7)	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki 3-jajca
PETEK 18.1.2019	<u>Bio kefir</u> (7), polnozrnata štručka(1,3), banana	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki 3-jajca	Čista piščančja juha(1), ocvrt piščančji zrezek(1,3), pražen krompir(1), zelena solata, sadje	3-jajca 1-gluten
PONEDELJEK 21.1.2019	Navadni rogljiček(1,3), mleko (7), kivi	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki 3-jajca	Mesno zelenjavna lasanja(1,3), zelena solata, sadje	1-gluten 3-jajca
TOREK 22.1.2019	Rženi kruh(1), skuta(7), por	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Ječmenova enolončnica z	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki

	(SŠS), sadni čaj, kaki		zelenjavo(1), kruh(1), sadni moos(1,7)	
SREDA 23.1.2019 SŠS: kivi	Hot dog(1), <u>100% sok</u> , jabolko	1-gluten	Segedin golaž(1), krompir v kosih, kompot	1-gluten
ČETRTEK 24.1.2019	Mešan kruh(1), kislá smetana(1,7), bela kava(7), mandarina	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Porova juha z zdrobom (1,3), pečene kračke(1), mlinci(1,3), zelenjavna priloga(1), sadje	1-gluten 3-jajca
PETEK 25.1.2019	Sezamova štručka(1), <u>bio jogurt</u> (7), čokoladica(7,1)	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Cvetačna juha(1), file soma(1,3,4), pire s korenčkom(7), radič s koruzo	1-gluten 3-jajca 4-ribe
PONEDELJEK 28.1.2019	Sendvič z ogrsko salamo(1), paprika (SŠS), sok, pomaranča	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Mineštra(1), skutni štruklji(1,3,7), jabolčni kompot	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml. izdelki
TOREK 29.1.2019	Mlečni zdrob s kakavom(1,7), banana	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Goveji zrezek v omaki(1), testenine(1,3), korenje in cvetača v prilogi, zelena solata	1-gluten 3-jajca
SREDA 30.1.2019 SŠS: mandarine	Žemlja(1) s pariško(1), sirom(7) in kumarico, sadni čaj	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki	Bograč(1), kruh(1,3), rdeča pesa, kompot	1-gluten 3-jajca
ČETRTEK 31.1.2019	Krof(1,3,7), čokoladno mleko(7), klementina	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki 3-jajca	Goveja juha, govedina, pire krompir(1,3) špináča, sadje	7-mleko in ml. izdelki 3-jajca

*Rženi kruh kmetije LEŠNIK.

*Bio izdelki: kefir Kele&Kele, jogurt: Krevh

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

Sokovi Nektar Natura so brez dodanega sladkorja, pri kosilu na razpolago vsak dan, občasno pri malici.

SŠS – evropski projekt Sheme Šolskega Sadja in Zelenjave (financiran s strani EU in države Slovenije).

Vodja kuhinje: Lidija Lagoja

Organizatorica šol. prehrane: Nina Pratnekar

SNOVI ALI PROIZVODI, KI POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOSTI.

V zgornjih jedeh so lahko prisotni naslednji alergeni :

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 (kikiriki) in proizvodi iz njih; **6.** zrnje soje in proizvodi iz njega; **7.** mleko in mlečni proizvodi, ki vsebujejo laktozo; **8.** oreški: mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ter proizvodi iz njih; **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; **13.** volčji bob in proizvodi iz njega; **14.** mehkužci in proizvodi iz njih.