

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



SHEMA
ŠOLSKEGA
SADJA
IN ZELENJAVE



Štev.: 6002-1/2019-6

JEDILNIK – junij 2019

	MALICA	ALERGENI	KOSILO	ALERGENI
3.6.2019 PON	Mešan kruh (1,3), marmelada s kislom smetano(1,7), (bio)mleko(7), breskev	1-gluten 4-ribe 7-mleko in ml. izdelki	Bučkina juha s kroglicami (1,3), sadni biskvit(1,3,7) V: jogurtove miške, mešan kompot	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml. izdelki
4.6.2019 TOR	Rženi kruh (1), ribji namaz(4,7), kolobarji pora, 100% sok	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml. izdelki	Rižota s puranjim mesom (1), grahom in bučkami, kitajsko zelje	1-gluten 7-mleko in ml. izdelki
5.6.2019 SRE	Polnozrnati kruh(1,3), piščančja salama(1), rezine sira(7), kolobarji kumaric, sok	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml. izdelki	V: Kokošja juha z zvezdicami(1,3), špageti z mesno omako z zelenjavo(1,3), paradižnikova solata s porom	1-gluten 3-jajca
6.6.2019 ČET	V: koruzni žganci(1), mleko(7), jagode Š: jogurt(1,7), rogliček(1,3,7), jagode	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml. izdelki	Ribji polpeti(1,3,4), pire krompir(7), rdeča pesa, frutabela(1,7)	1-gluten 3-jajca 4-ribe 7-mleko in ml. izdelki
7.6.2019 PET	Pašteta(1), (V: bio kefir), koruzni kruh(1,3,7), sok, paradižnik	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml. izdelki	V: porova kremna juha(1)Telečji zrezek v zelenjavni omaki(1), njoki(3),	1-gluten 3-jajca

			zelena solata s korenjem	
10.6.2019 PON	Čokoladni žepek(1,3,7), V: navadni rogljiček, <u>alpsko (navadno ali bio) mleko</u> (7), kosi lubenice	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml. izdelki	Čufti v omaki(1,3), pire krompir(7), zelena solata s čičeriko	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml. izdelki
11.6.2019 TOR	Rženi kruh(1), suha salama(1), V: sir v kocki, koščki paprike, sok V. čaj	1-gluten 7-mleko in ml.izdelki	Pečenka(1), pretlačen krompir, motovilec z jajčko	1-gluten
12.6.2019 SRE	V: Pirin kruh(1,3,7), Š: beli kruh, lešnikov namaz(1,7,8), V: bela kava Š: alpsko mleko(1,7), jabolko	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki 8-lešniki	Paprikaš s piščančjim mesom in zelenjavo(1), polenta(1), zeljna solata, puding(7)	1-gluten 7-mleko in ml.izdelki
13.6.2019 ČET	Navadni jogurt(7) (V: s koščki sadja), Š: žemlja(1,3,7), toblerone(1,7)	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki	V: Zeljna juha, pečen ribji file(4), slan krompir s peteršiljem, fižolova solata s porom	4-riba
14.6.2019 PET	Buhtelj(1,3,7) V:makovka, čokoladno mleko, V:kakav(7), češnje	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki	Goveji golaž(1), polžki(1,3), zelena solata z blitvo, V:kefir	1-gluten 3-jajca
17.6.2019 PON	Bio rženi kruh(1,3,7), šunka, V:pašteta(1), češnjev paradižnik, sok	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki	Goveja juha z zvezdicami(1,3), krompirjeva omaka s kumaricami(1), kuhana govedina(1,3)	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki
18.6.2019 TOR	Sezamova štručka(1,3,7,11), čaj, marelice	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki 11-sezam	Lepinja(1,3), V: pire (1,7),pleskavica(1), zelenjava v prilogi	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki

19.6.2019 SRE	Sendvič s pariško, sirom in kumaricami(1,3,7), sok	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki	Riževa juha s puranjim mesom, grahom, korenjem in porom(1), marelični cmoki(1,3,7), sok	1-gluten 3-jajca 74-ribe 7-mleko in ml.izdelki
20.6.2019 ČET	Kajzerica(1,3,7), jagodni kefir(1,7), banana	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki	Ocvrt piščanec(1,3), riž z zelenjavo(1), rdeča pesa	1-gluten 3-jajca
21.6.2019 PET	Hot dog(1,3,7), hrenovka(1), gorčica(10), sok V: čaj	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki 10-gorčično seme	Makaronovo meso(1), zelena solata V: kefir(7)	1-gluten 7-mleko in ml.izdelki
24.6..2019 PON	Navihanček(1,3,7), 100% sok, V: čaj sladoled V: jagode	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki	Enolončnica z govejim mesom in zelenjavo(1), krof(1,3,7) V: sadni biskvit(1,3,7), sok jabolčni	1-gluten 3-jajca 7-mleko in ml.izdelki
26.6.2019 MALICA- Mlečni riž (1,7), pol banane KOSILO – Zelenjavna juha (1), jabolčni zavitek(1,3,7)				
27.6.2019 MALICA – Ovseni kruh(1,3,7), namaz iz sardin s peteršiljem in česnom(1,4,7), čaj KOSILO – Brokoli juha(1), golaž(1), polenta(1,3,7), mehka solata				
28.6.2019 MALICA – Črni kruh(1,3,7), rezina sira (1,7), bela kava(1,7) KOSILO – Goveja juha z rezanci (1,3), pire krompir(1,7), govedina, špinača(1,7)				

*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.