



## OŠ ŠMARTNO NA POHORJU JEDILNIK JANUAR 2023



Datum	ZAJTRK	MALICA
Torek – 3.1. 2023	Mlečni riž s cimetom (7)	Sezamova štručka (1,11), rezina sira (7), sadni čaj, jabolko
Sreda – 4.1. 2023	Polnozrnati kruh (1), bučni namaz, naribano korenje in črna redkev, bela žitna kava (7)	Koruzni kruh, piščančja pašteta (6), <b>ščep kislega zelja</b> , kamilični čaj
Četrtek – 5.1. 2023	Koruzni kruh, maslo (7), <b>med</b> , mleko (7)	Večzrnati kruh (7), mesno zelenjavni namaz, planinski čaj, jabolko, <b>mleko</b>
Petek – 6.1. 2023	Makova štručka (1), bezgov čaj, suho sadje	Pšenični zdrob na mleku s čokolado (1,5,7), pomaranča
Ponedeljek-9.1.2023	Rženi kruh (1), tunin namaz (4), vložena paprika (12), otroški čaj	Domači kruh (1), maslo (7), <b>med</b> , mleko (7), <b>lešniki (8)</b>
Torek – 10.1 2023	Pirin mlečni zdrob (1,7), mleti lešniki (8)	Mešani kruh (1), zeliščni namaz, olive (12), šipkov čaj, klementine
Sreda – 11.1. 2023	Pšenični žganci s kakavom (1,5,7), <b>jabolko</b>	Kmečki kruh (1), sardelni namaz (4), sveža paprika, kamilični čaj
Četrtek – 12.1. 2023	Polnozrnata štručka (1), karamelno mleko (7)	Ovsena bombetka (1), skuta s sadjem (7), bezgov čaj
Petek – 13. 1. 2023	Sirova štručka (1,7), planinski čaj, sadni krožnik	Koruzni žganci, mleko (7), <b>suhe slive</b>
Ponedeljek-16.1.2023	Ovseni kruh (1), čokoladni namaz (5,8), mleko (7)	Polnozrnata štručka (1,7), kuhan pršut, sveža paprika, planinski čaj, <b>kaki</b>
Torek – 17.1 2023	Pšenični mlečni zdrob z rozinami (1,7)	Pirin kruh (1), maslo (7), slivova marmelada, mleko (7), <b>hruška</b>
Sreda – 18.1. 2023	Pica kruhki (1,7), planinski čaj z <b>medom</b> in limono	Koruzni kosmiči, mleko (7), mandarina
Četrtek – 19.1. 2023	Kruhov praženec (1,3), bela žitna kava (7)	Makova štručka (1), metin čaj, jabolko, <b>navadni tekoči jogurt</b>
Petek – 20. 1. 2023	Polbeli kruh (1), skuta (7), bezgov čaj	Sadni jogurt (7), večzrnata bombetka (1), oreščki (8)
Ponedeljek-23.1.2023	Polnozrnati kruh (1), piščančji namaz, vložena paprika (12), zeliščni čaj	Črni kruh (1), kakavov namaz z lešniki (5,8), mleko (7), hruška
Torek – 24.1 2023	Mešani kruh (1), jajčna jed (3), kamilični čaj	Sirni namaz (7), koruzni kruh, nariban korenček, bela žitna kava (7), <b>jabolko</b>
Sreda – 25.1. 2023	Ovseni kosmiči na mleku z <b>medom</b> (1,7)	Kmečki kruh (1), tunin namaz (4), češnjev paradižnik, sadni čaj z <b>medom</b>
Četrtek – 26.1. 2023	Polbeli kruh (1), rezina sira (7), <b>ščep kislega zelja</b> , šipkov čaj	Polnozrnati kruh (1), piščančje prsi v ovitku, vložene kumarice (12), zeliščni čaj, banana
Petek – 27.1.2023	Koruzni žganci z mlekom (7)	Ajdova štručka (7), sadni jogurt EGO (7), mandarina

JEDILNIK SESTAVILA KOMISIJA ZA PREHRANO

**ZELENO** – integrirana pridelava, lokalna pridelava

**ŠOLSKA SHEMA** (sadje, zelenjava oz. mleko)

Vsak dan sta učencem pri malici na voljo sadje in napitek (čaj, voda, sok).

**DOBER TEK !**



## OŠ ŠMARTNO NA POHORJU JEDILNIK JANUAR 2023



### KOSILO

Datum	
Torek – 3.1. 2023	Bučkina juha, sojini polpeti (4), krompirjeva solata z vloženi kumaricami (12)
Sreda – 4.1. 2023	Segedin golaž (1,9), krompir v kosih, jabolko
Četrtek – 5.1. 2023	Otroška juha (1,3), piščančja nabodala, rizi bizi, zelena solata s čičeriko
Petek – 6.1. 2023	Fižolova enolončnica(1,9), rezina kruha (1), sadne kocke (1,3)
Ponedeljek-9.1.2023	Goveja juha s kruhovimi kockami (1), čufti v paradižnikovi omaki (1,3), pire <b>krompir</b> rdeča pesa v solati (12)
Torek – 10.1. 2023	Piščančja obara z žličniki (1,3,9), banana
Sreda – 11.1. 2023	Korenčkova juha (1,3), pečena svinjska ribica, kruhov cmok (1,3), zelena solata s koruzo
Četrtek – 12.1. 2023	Goveja juha z rezanci (1,3), kremna špinaca (1,3,7), pire <b>krompir</b> (7), kuhana govedina
Petek – 13. 1. 2023	Ješprenj brez mesa (1,9), rezina kruha (1), slivov kompot
Ponedeljek-16.1.2023	Gobova juha (1), mesno zelenjavna rižota (puran), zelena solata
Torek – 17.1 2023	Boranja s svinjskim mesom (9), rezina kruha (1), jabolčni zavitek (1,7)
Sreda – 18.1. 2023	Puranji zrezek v naravni omaki (1), krompirjevi njoki (1,3), zelena solata s paradižnikom
Četrtek – 19.1. 2023	Grahova juha (1), haše omaka, polnozrnat špageti (1,3), radič v solati
Petek – 20. 1. 2023	Porova juha, ribji file v koruzni skorjici (1,3), pečen krompir, endivija z jajcem v solati (3)
Ponedeljek-23.1.2023	Milijonska juha (1,3), mesna omaka (piščanec) (9), masleni riž, zelena solata z koruzo
Torek – 24.1 2023	Dušeno kiselje, matevž, pečenica, naravni 100% sadni sok
Sreda – 25.1. 2023	Korenčkova juha, zelenjavna lazanja (1,3,7), zelena solata
Četrtek – 26.1. 2023	Goveja juha z ribano kašo (1,3), puranji dunajski zrezek s sezamom (1,3,11), pražen <b>krompir</b> , zeljna solata s fižolom
Petek – 27.1.2023	Bučkina kremna juha, ribji polpeti (file šarenke) (1,4), dušen rjavi riž z zelenjavo

JEDILNIK SESTAVILA KOMISIJA ZA PREHRANO

DOBER TEK !

#### ZELENO – integrirana pridelava, lokalna pridelava

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, se lahko jedilnik spremeni.

Po 12. uri imajo učenci na voljo kruh in sadje.

Vsako spremembo in naročanje kosila je potrebno javiti kuharici en dan prej.

KATALOG ALERGENOV SE NAHAJA NA OGLASNI DESKI.

Alergeni:

1 – gluten

2 – raki

3 – jajca

4 – ribe

5 – arašidi

6 – soja

7 – mleko /laktoza

8- oreški

9- listna zelena

10- gorčično seme

11- sezamovo seme

12- žveplov dioksid in sulfiti

13 – volčji bob

14-mehkužci

