

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JULIJ 2025



	zajtrk	malica	kosilo
PONEDELJEK 30. 6.	polnozrnatih kruh (1) sir (7) paradižnik čaj	jabolko	bistra juha z ribanci (1,3) svinjska pečenka pražen krompir zelena solata
TOREK 1. 7.	koruzni kosmiči brez dodanega sladkorja mleko (7)	banana	korenčkova juha carski praženec kompot
SREDA 2. 7.	rženi kruh (1) maslo (7) med čaj	nektarina	bistra juha s frtitati (1,3) golaž polenta krhkolistna solata
ČETRTEK 3. 7.	črni kruh (1) sirni namaz (7) paprika čaj	lubenica	zelenjavna juha rižota treh žit s piščančjim mesom paradižnikova solata
PETEK 4. 7.	kruh s chia semeni (1) tunin namaz (7) korenček čaj	različno sadje	bučkina juha pecivo (1,3)

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JULIJ 2025



	zajtrk	malica	kosilo
PONEDELJEK 7. 7.	*navadni jogurt (7) dušene jagode pisani kruh (1)	banana	bistra juha z zdrobom in naribanim korenčkom (1) špageti lečoneze (1,3) zelena solata
TOREK 8. 7.	ovseni kruh (1) polsuha salama sir (7) rdeča paprika čaj	lubenica	cvetačna juha jabolčni zavitek (1,3)
SREDA 9. 7.	*mešani kruh (1) korenčkov namaz (7) kolobarji sveže kumare čaj	grozdje	zelenjavna juha file postrvi krompir v kosih paradižnikova solata
ČETRTEK 10. 7.	kruh s chia semeni (1) maslo (7) marmelada mleko (7)	jabolko	prežganka (1,3) piščančji paprikaš kus kus krhkolistna solata
PETEK 11. 7.	polbeli kruh (1) avokadov namaz (7) redkvice čaj	hruška	bistra juha z rezanci (1,3) mesno zelenjavna rižota kumarična solata

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JULIJ 2025



	zajtrk	malica	kosilo
PON 14.7.	ovseni kruh (1) čokoladno lešnikov namaz mleko (7)	grozdje	bistra juha z rižkom (1,3) puranji trakci v naravni omaki pečen krompir paradižnikova solata
TOR 15.7.	polnozrnat kruh (1) *namaz liptaver kolobarji pora čaj	jabolko	juha iz stročjega fižola sirovi štruklji z drobtinami (1,3,7) kompot
SRE 16.7.	pirin kruh (1) jajčni namaz (3,7) kolobarji korenčka čaj		goveja juha z zvezdicami (1,3) krompirjeva omaka govedina kisle kumarice zelena solata
ČET 17.7.	pisani kruh (1) #bio sadni kefir (7)	banana	bistra juha s koruznim zdrobom paniran piščančji zrezek rizi bizi kumarična solata
PET 18.7.	polžek s čokoladnimi solzicami (1,8) mleko (7)	lubenica	zelenjavna juha široki rezanci z lososom v smetanovi omaki (1,3,7) krhkolistna solata

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JULIJ 2025



	zajtrk	malica	kosilo
PON 21.7.	prosena kaša na mleku (7)	nektarina	bistra juha z ribanci (1,3) piščančja bedra brez kosti in kože mlinci zelena solata
TOR 22.7.	ovsena žemlja (1) salama piščančje prsi sir (7) kolobarji sveže kumare čaj	lubenica	fižolova juha puding (7)
SRE 23.7.	sadni jogurt (7) *mešani kruh (1)	jabolko	bistra juha z rižkom (1,3) puranje meso v zelenjavni omaki z ajdo njoki (1,3) paradižnikova solata
ČET 24.7.	graham kruh (1) čičerikin namaz (7) palčke korenčka čaj		zelenjavna juha štefani pečenka (3) pire krompir s cvetačo (7) kumarična solata
PET 25.7.	rženi kruh (1) kisla smetana (7) rezine trdo kuhanih jajčk (3) paradižnik čaj	banana	bistra juha s kroglicami (1,3) testenine v omaki s tuno (1,3) parmezan (7) krhkolistna solata

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JULIJ 2025



	zajtrk	malica	kosilo
PON 28.7.	pšenični zdrob (1) mleko (7) mleti lešniki (8)	banana	bistra juha z rezanci (1,3) mlada govedina v omaki kruhova rolada (1,3) paradižnikova solata
TOR 29.7.	pirin kruh (1) šunka sir (7) palčke sveže kumare čaj	lubenica	piščančja obara s pirinimi cmoki (1,3) marmorno pecivo (1,3,7) 100 % jabolčni sok razredčen z vodo
SRE 30.7.	*navadni jogurt (7) dušeni gozdni sadeži pisani kruh (1)	grozdje	bistra juha z obročki (1,3) file osliča v koruzni skorjici krompir v kosih krhkolistna solata
ČET 31.7.	pirin kruh (1) *skuta (7) por čaj	nektarina	bistra juha z zvezdicami (1,3) čufti v paradižnikovi omaki polenta zelena solata z lečo
PET 1.8.	makova štručka (1) bela kava (7)	jabolko	prežganka (1,3) puranji zrezki dušen riž s korenčkom kumarična solata

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JULIJ 2025



PRILOGA JEDILNIKU

Otroci imajo preko celega dne na razpolago zadostno količino pitne vode.
Kot dopoldansko oz. popoldansko malico imajo otroci na razpolago kruh od zajtrka (alergeni razvidni iz jedilnika za zajtrk) ter različno sadje in zelenjavo.
Jedi, ki so označene z lojtro (#), vsebujejo ekološko pridelana živila; jedi, ki so označene z zvezdico (*), vsebujejo živila lokalne pridelave. Ponudniki: Žvikart/med, Razbornik/kruh, Stipanič/jogurti, skuta, Kmetijska zadruga Selnica/jabolka, hruške, kis, zelje, jabolčni sok.
Pri pripravi solat uporabljamo kis z vsebnostjo sulfitev (12).
V posameznih živilih/jedeh obstaja možnost prisotnosti alergenov v sledovih (izjema so dietni obroki, kjer so postopki priprave strogo ločeni).
Dietni obroki za otroke se pripravljajo ločeno, na osnovi zdravniškega potrdila in v skladu z internimi navodili šole/vrtca. Otrokom z alergijami oz. preobčutljivostmi pripravljamo obroke z ustrezno zamenjavo jedi, ki ne vsebujejo alergenov.

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; **7.** zrnje soje in proizvodi iz njega; **7.** mleko in mlečni proizvodi, ki vsebujejo laktozo in mlečne beljakovine; **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.

Zaradi različnih dejavnikov, ki vplivajo na dobavo in pripravo hrane ter organizacijo dela, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

Za več informacij glede prehrane lahko pišete na: mateja.viher@osvuzenica.si

Organizatorica šol. prehrane:
Mateja Viher