

OŠ Vuzenica/enota vrtec

APRIL 2021



DAN	ZAJTRK	MALICA	KOSILO
12.4.2020	sendvič s kornšpitzom (piščančja, sir, list solate/1- pšenica, oves, rž, 11) čaj	sadno/zelenjavni krožnik	špinačna kremna juha (7) makaronovo meso s puranjim mesom in zelenjavo (1-pšenica, 3) paradižnikova solata s papriko in porom
13.4.2020	pisani mlečni kruh (1-pšenica, rž, 7) kremni namaz (6, 7, 8) čaj jabolko	sadno/zelenjavni krožnik	goveja juha z rezanci (1-pšenica, 3, 9) kuhana govedina pražen krompir rdeča pesa
14.4.2020	ovseni kruh (1-pšenica, oves) pašteta (6, 7) zelena paprika čaj	sadno/zelenjavni krožnik	pohorski lonec (1-pira) mešani kruh (1-pšenica, rž) jabolčni zavitek (1-pšenica, 3, 7)
15.4.2020	črno pecivo (30 % manj soli, 1-pšenica) *bio kefir suhe slive (12)	sadno/zelenjavni krožnik	kostna juha z zvezdicami (1- pšenica, 3, 9) piščanec po dunajsko (1-pšenica, 3) mešanica treh žit (1-pira, ječmen) zelen radič z jajcem (3)
16.4.2020	buhtelj z marmelado (1-pšenica, 7) alpsko mleko (7) jabolko	sadno/zelenjavni krožnik	čista juha z ribano kašo (1-pšenica, 3) zeljne krpice (1-pšenica, 3) zelena solata

OŠ Vuzenica/enota vrtec

APRIL 2021



DAN	ZAJTRK	MALICA	KOSILO
19.4.2020	pletenka z makovim posipom (1-pšenica, 7) hruška kakav (6, 7)	sadno/zelenjavni krožnik	piščančji paprikaš (1-pira) kus kus (1-pšenica) kitajsko zelje v solati
20.4.2020	polnozrnati kruh (1-pšenica) tunin namaz (4, 7) zelena paprika čaj	sadno/zelenjavni krožnik	kmečka juha (1-pira) marelični cmoki (1-pšenica, 3, 7) jabolčni kompot
21.4.2020	koruzni kosmiči sadni jogurt (7) banana	sadno/zelenjavni krožnik	čista zelenjavna juha z zvezdicami (1-pšenica, 3) čufti v paradižnikovi omaki (1-pira, 3) pire krompir (7) rdeča pesa
22.4.2020	»hot dog« štručka (1-pšenica) hrenovka kečap 100 % sadni sok	sadno/zelenjavni krožnik	zelenjavna juha (cvetača, brokoli, korenje, brstični ohrovt) polnozrnat testenine s »carbonara« omako (1-pšenica, 3, 7) zeljna solata s korenjem
23.4.2020	ržen kruh (1-pšenica, rž) maslo (7) *bela kava (1-ječmen, 7) jabolko	sadno/zelenjavni krožnik	kostna juha s kroglicami (1-pšenica, 3, 7) svinjski zrezki v omaki njoki (1-pšenica) zelena solata

PRILOGA JEDILNIKU

Otroci imajo preko celega dne na razpolago zadostne količine pijač (nesladkan čaj, voda, sokovi).
Kot 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 zvezdico (*), vsebujejo ekološko pridelana živila in/ali živila lokalne pridelave. Ponudniki: Žvikart/med, Sivčnik/eko mleko, Razbornik/kruh, Stipanič/jogurti, skuta.
Pri pripravi solat uporabljamo kis z vsebnostjo sulfidov (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 ustrežno 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; **6.** 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.** žveplovi dioksidi in sulfidi; **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.

Vodja šol. kuhinje:
Nadia Jevšnik Kac

Organizatorica šol. prehrane:
Suzana Planšak

Za več informacij glede prehrane se lahko obrnete na naslednjo e-pošto:
suzana.plansak@guest.arnes.si