

OŠ Vuzenica/enota vrtec

MAREC 2023



	zajtrk	malica	kosilo
6.3. PON	žitne kroglice s čokolado (1,8) mleko (7)	hruška	golaž polenta zelena solata
7.3. TOR	polnozrnati kruh (1) pašteta rdeča paprika čaj	pomaranča	njoki v brokolijevi omaki (1,3,7) s piščančjim mesom radič z jajčko
8.3. SRE	ovsena žemlja (1) klobasa piščančje prsi sir (7) čaj #palčke korenčka	banana	kmečka krompirjeva juha jabolčni zavitek (1,3,7)
9.3. ČET	pletenica (1,3,7) sok	jabolko	svinjski zrezek v zelenjavni omaki riž treh žit (1) rdeča pesa
10.3. PET	rženi kruh (1) topljeni sir (7) kisle kumarice čaj	mandarina	juha ribja rolada (1,3,7) pire (7) kitajsko zelje

OŠ Vuzenica/enota vrtec

MAREC 2023



	zajtrk	malica	kosilo
13.3. PON	tekoči sadni jogurt (7) mlečni kruh (1,7) rozine	banana	juha špageti po bolonjsko (1) endivija s fižolom
14.3. TOR	hot dog štručka (1) hrenovka čaj	pomaranča	kokošja juha mesno zelenjavna rižota puding (1,7)
15.3. SRE	pirin kruh (1) skuta (7) sok kolobarji korenčka	hruška	juha puranji zrezek po dunajsko (1,3) pražen krompir zeljna solata
16.3. ČET	orehov rogljiček (1) kakav (7)	#jabolko	piščančje meso v zelenjavni omaki metuljčki (1,3) zelena solata
17.3. PET	*mešani kruh ribji namaz sveže kumarice čaj	kivi	zelenjavna juha sirovi štruklji z drobtinami (1,3,7)

OŠ Vuzenica/enota vrtec

MAREC 2023



	zajtrk	malica	kosilo
20.3. PON	polnozrnati kruh (1) čokoladno lešnikov namaz čaj	hruška	piščančji paprikaš kus kus (7) zelena solata
21.3. TOR	mini pica (1) čaj rdeča paprika	kivi	telečja obara z žličniki (1,3) marmorno pecivo (1,3,7) sok
22.3. SRE	polbeli kruh (1) mlečni namaz (7) kolobarji pora sok	banana	paniran file ribe (1,3) špinača (1) krompir v kosih
23.3. ČET	makova štručka (1) bela kava (7)	jabolko	juha lazanja (1,3,7) rdeča pesa
24.3. PET	buhtelj z marmelado (1,3,7) čaj	#pomaranča	juha dušen riž zelenjavni zrezek (1) zeljna solata

OŠ Vuzenica/enota vrtec

MAREC 2023



	zajtrk	malica	kosilo
27.3. PON	*mešani kruh (1) tunin namaz (3,7) palčke korenčka sok	banana	juha makaronovo meso (1,3) endivija s krompirjem
28.3. TOR	polnozrnati kruh (1) polsuha salama kisle kumarice čaj	klementina	ričet (1) kruh (1) sadje
29.3. SRE	čokoladni žepek (1,8) sok	jabolko	juha hrenovka pire (7) dušeno belo zelje
30.3. ČET	ajdov kruh (1) maslo (7) med mleko (7) suhe slive	hruška	svinjski zrezki v naravni omaki kruhova rulada (1,3,7) zelena solata
31.3. PET	*domači sadni jogurt (7) pisani kruh (1)	banana	bučna juha s kroglicami (1,3) biskvit s sadjem (1,3,7)

OŠ Vuzenica/enota vrtec

MAREC 2023



PRILOGA JEDILNIKU

Otroci imajo preko celega dne na razpolago zadostno količino pitne vode.
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 *, vsebujejo živila lokalne pridelave; ponudniki: Žvikart/med, Razbornik/kruh, Stipanič/jogurti, skuta, Krevh/jogurti, maslo, sir, mleko, Kmetijska zadruga Selnica: jabolka, jabolčni sok, Rebernik/sok, kis, Kaučič/jajca, testenine, jušne zakuhe. - z #, vsebujejo ekološko pridelana živila; ponudnik: kmetija Sivčnik/eko mleko
Pri pripravi solat občasno uporabljamo kis z vsebnostjo sulfitov (22).
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; **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.** 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.

Organizatorica šol. prehrane:
Mateja Viher

Za več informacij glede prehrane se lahko obrnete na naslednjo e-pošto: mateja.viher@osvuzenica.si