

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JUNIJ 2021



dan	zajtrk	malica	kosilo
1.6.2021 TOR	polbeli kruh (1-pšenica) pašteta (3, 7) kolobarji kumaric čaj	različno sadje/zelenjava	kokošja juha z zvezdicami (1-pšenica, 3) pečeno piščančje meso (10) dušen riž zelenjavna priloga
2.6.2021 SRE	skutni žepok (1-pšenica, 7) čaj lubenica	različno sadje/zelenjava	goveji golaž (1-pira) široki rezanci (1-pšenica, 3) rdeča pesa
3.6.2021 ČET	koruzni kosmiči sadni jogurt (7) nektarina	različno sadje/zelenjava	čista zelenjavna juha z zlatimi kroglicami (1-pšenica, 3, 7) piščančji file v gobovi omaki (7) pire krompir (7) zelena solata
4.6.2021 PET	črno pecivo z manj soli (1-pšenica) polsuha salama češnjev paradižnik čaj	različno sadje/zelenjava	mineštra (1-pšenica, 3) marelični cmoki z drobtinami (1-pšenica, 7)

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JUNIJ 2021



dan	zajtrk	malica	kosilo
7.6.2021 PON	ovseni kruh (1-pšenica, oves) marmelada grozdje čaj	različno sadje/zelenjava	kremna porova juha (7) rižota s svinjskim mesom zelena solata
8.6.2021 TOR	biga (1-pšenica) *bio sadni kefir (7) marelica	različno sadje/zelenjava	bistra juha s fritati (1-pšenica, 3, 7) paniran puranji zrezek (1-pšenica, 3) pražen krompir zelenjavna priloga
9.6.2021 SRE	koruzni kruh (1-pšenica) sirni namaz (7) koščki zelene solate čaj	različno sadje/zelenjava	prežganka (1-pira, 3) piščančji file v naravni omaki (1-pira) njoki (1-pšenica) dušene bučke
10.6.2021 ČET	bombeta (1-pšenica) piščančje prsi rezine sira (7) koščki paprike čaj	različno sadje/zelenjava	obara s telečjim mesom in cmočki (1-pira, 3) puding s smetano (7)
11.6.2021 PET Trad. Slo. Zajtrk	TSZ (lokalna/slovenska živila): ržen kruh (1-rž) maslo (7) med mleko (7) jabolko	različno sadje/zelenjava	cvetačna juha makaronovo meso s piščancem in zelenjavo (1-pšenica, 3) zelena solata

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JUNIJ 2021



dan	zajtrk	malica	kosilo
14.6.2021 PON	sezamova štručka (1-pšenica, 11) alpsko mleko (7) nektarina	različno sadje/zelenjava	čista zelenjavna juha z rezanci (1-pšenica, 3) pleskavica pire krompir (7) zeljna solata
15.6.2021 TOR	»hot dog« štručka (1-pšenica) hrenovka kečap čaj	različno sadje/zelenjava	piščančja obara (1-pira, 3) skutni štruklji s sadnim prelivom (1-pšenica, 3, 7)
16.6.2021 SRE	ovseni kruh (1-pšenica, oves) kocka sir (3, 7) kolobarji kumaric čaj	različno sadje/zelenjava	lečina juha puranji zrezek v omaki z grahom in korenjem dušen riž paradižnikova solata
17.6.2021 ČET	čokolešnik (1-pšenica, 6, 7) z *eko mlekom (7) rezine melone	različno sadje/zelenjava	brokolijeva juha pečen polak (1-pšenica, 4) kuhan krompir s peteršiljem zelena solata
18.6.2021 PET	koruzni kruh (1-pšenica) kremni lešnikov namaz (6, 7, 8-lešniki) alpsko mleko (7) jabolko	različno sadje/zelenjava	čista juha z ribano kašo (1-pšenica, 3) testenine z bolonjsko omako (1-pšenica, 3) rdeča pesa

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JUNIJ 2021



dan	zajtrk	malica	kosilo
21.6.2021 PON	pšenični zdrob na *eko mleku (1-pšenica, 7) marelica	različno sadje/zelenjava	zelenjavna enolončnica (1-pira) jabolčni zavitek s skuto (1-pšenica, 3, 7)
22.6.2021 TOR	kajzerica (1-pšenica) rezine sira (7) koščki zelene solate čaj	različno sadje/zelenjava	kokošja juha z zvezdicami (1-pšenica, 3) puranji file v naravni omaki (1-pira) kus kus (1-pšenica) zeljna solata
23.6.2021 SRE	probiotični jogurt (7) ovsena žemlja (1-pšenica, oves) lubenica	različno sadje/zelenjava	bistra juha z rezanci (1-pšenica, 3) rižota s piščančjim mesom in zelenjavo zelena solata
24.6.2021 ČET	buhtelj z marmelado (1-pšenica, 7) alpsko mleko (7) jagode	različno sadje/zelenjava	cvetačna juha svinjska pečenka pražen krompir rdeča pesa sladoled (6, 7)
25.6.2021			
28.6.2021 PON	polnozrnat kruh (1-rž, pšenica, oves, 11) kisla smetana (7) marmelada čaj, marelica	različno sadje/zelenjava	korenčkova juha ribje palčke (1-pšenica, 3, 4) pire krompir (7) zelena solata
29.6.2021 TOR	ovseni kruh (1-pšenica, oves) jajčni namaz (3, 7) kolobarji pora čaj	različno sadje/zelenjava	telečja obara z žličniki (1-pšenica, 3) polbeli kruh (1-pšenica) jogurt (7)
30.6.2021 SRE	rženi kruh (1-pšenica, rž) tunin namaz (4, 7) češnjev paradižnik čaj	različno sadje/zelenjava	kremna špinačna juha (7) špageti z bolonjsko omako (1-pšenica, 3) paradižnikova 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, Kmetijska zadruga Slovenj Gradec/jabolka.
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