

OŠ Vuzenica/enota vrtec
NOVEMBER 2021



dan	zajtrk	malica	kosilo
2.11. TOR	ovsena žemlja (1-pšenica, oves) polsuha salama rezina sira (7) palčke korenčka čaj	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	ričet (1) kos kruha (1) jabolko
3.11. SRE	čokoladni kosmiči *mleko (7) banana	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	puranji trakci v smetanovi omaki (7) njoki (1) rdeča pesa
4.11. ČET	pobeli kruh (1) jajčni namaz (7) čaj kolobarji pora	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	zelenjavna juha s pirinimi vливanci, rižev narastek (1-pšenica, 3, 7) s smetano (7)
5.11. PET	probiotični sadni jogurt (7) pirina kajzerica (1-pšenica) mandarina	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	makaronovo meso (1, 3) zelena solata

OŠ Vuzenica/enota vrtec
NOVEMBER 2021



dan	zajtrk	malica	kosilo
8.11. PON	skutin žeppek (1,7) mandarina čaj	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	rižota s puranjim mesom in zelenjavo paradižnikova solata
9.11. TOR	koruzni kosmiči brez dodanega sladkorja mleko (7) banana	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	ocvrt ribji file (1,3) krompirjeva solata sadje
10.11. SRE	mešani kruh kisla smetana (7) borovničeva marmelada čaj	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	špageti po bolonjsko (1,3) opomba: polžki za jaslice zelenja solata
11.11. ČET	ovsena žemljica *domači sadni jogurt kaki	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	pečeno piščančje meso rdeče zelje mlinci s smetano (1, 7)
12.11. PET	polnozrnati kruh (1-pšenica) mesni namaz paradižnik 100 % jabolčni sok	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	segedin golaž (1) krompir v kosih sadje

OŠ Vuzenica/enota vrtec
NOVEMBER 2021



dan	zajtrk	malica	kosilo
15.11. PON	štručka (1-pšenica, 7) hrenovka kečap čaj kislo zelje	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	piščančje meso v zelenjavni omaki kuskus zeljna solata
16.11. TOR	kruh s semeni (1) ribji namaz (7) sveža paprika sok	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	pasulj (1) čokoladni puding (7) s sadnim prelivom
17.11. SRE	mlečni rogljič (1,7) *bela kava (7) kaki	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	ocvrto puranje meso (1,3) džuveč riž zelenja solata
18.11. ČET	polenta mleko (7) banana	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	pečenice kislo zelje krompir v kosih
19.11. PET TSZ	*domači sadni jogurt (7)	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	testenine s koščki tune v smetanovi omaki (7) zelenja solata

*TSZ tradicionalni slovenski zajtrk

OŠ Vuzenica/enota vrtec
NOVEMBER 2021



dan	zajtrk	malica	kosilo
22.11. PON	makova štručka alpsko mleko hruška	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	puranji zrezek v gobovi omaki njoki (1,3) rdeča pesa
23.11. TOR	polnozrnati kruh (1) rezine sira paradižnik 100 % jabolčni sok	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	čokoladna juha s testeninami marmorni kolač s smetano(1- pšenica, 3, 7)
24.11. SRE	*mlečni riž (1,7) kakovov posip banana	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	pečeno svinjsko meso zelenjavna priloga pražen krompir zeljna solata
25.11. ČET	polbeli kruh piščančje prsi paprika čaj	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	golaž (1-pira) polenta zelena solata
26.11. PET	sirova štručka (1,7) čaj mandarina	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	piščanec v zelenjavni omaki kus kus (7) radič z jajčko

OŠ Vuzenica/enota vrtec
NOVEMBER 2021



dan	zajtrk	malica	kosilo
29.11. PON	Mul`c z mlekom* (1,7,8) banana	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	krompirjev golaž s hrenovko sadna solata iz svežega sadja
30.11. TOR	pirina kajzerica kuhan pršut zelje čaj	sadna/zelenjavna/ mlečna malica	telečji zrezek v naravni omaki široki rezanci (1,3) 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 občasno 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

PREOČUTLJIVOSTI. 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.

Vodja šol. kuhinje:
Nadia Jevšnik Kac

Organizatorica šol. prehrane:
Mateja Viher

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