

OŠ DR. LJUDEVITA PIVKA – VRTEC – JEDILNI LIST ZA MESEC OKTOBER 2024

Dan	Datum	ZAJTRK	KOSILO	POP. MALICA
TOR	1. 10. 2024	Ovseni kruh (1), piščančja prsa v ovitku, paradižnik, čaj.	Lečina juha (1), polnozrnate testenine z bolonsko omako (1, 3), eko zelena solata* (12).	Grozdje, polnozrnati piškoti (1, 3, 7)
SRE	2. 10. 2024	Skutin namaz z drobnjakom (7), polnozrnati kruh (1), sveža paprika, nesladkan čaj.	Piščančji paprikaš (1, 7, 9), polenta, kumarična solata (12).	Sadni smoothie, kruh (1, 6, 11)
ČET	3. 10. 2024	Koruzni kruh (1), ribji namaz (1, 4), svež paradižnik, čaj.	Špinačna juha (1, 7, 9), musaka (1, 3, 7), zelena solata (12).	Črna žemlja s skutinim namazom (1, 7), nesladkan čaj.
PET	4. 10. 2024	Mlečna prosena kaša (7), hruška.	Zelenjavna juha(1, 3, 7, 9), rižota z jesensko zelenjavo (7), zeljna solata s fižolom (12).	Banana, bio kefir * (7).
PON	7. 10. 2024	Graham bombetka (1, 6, 11), sir (7), paradižnik, bela kava (1, 7).	Goveja juha (1, 9), njoki z rdečo peso v gobovi omaki (1, 7, 9), zelena solata s lečo (12).	Polnozrnati grisini (1), navadni jogurt (7).
TOR	8.10.2024	Polnozrnate testenine z mesom (1, 3), zeljna solata(12).	Prežganka(1, 3, 9), riž, bučke v smetanovi omaki (1, 7), piščančji polpet (1).	Polnozrnata štručka (1, 6, 11), pinjenec (7).
SRE	9.10.2024	Temna štručka (1, 6, 7, 11), lečin namaz z zelenjavo, čaj.	Čufti v paradižnikovi omaki (1), pire krompir (7), zelena solata (12).	Polnozrnati kosmiči (1), mleko(7).
ČET	10.10.2024	Rženi kruh (1, 6, 11), kislá smetana (7), džem, nesladkan čaj.	Zelenjavna juha (1, 3, 7, 9), svinjski trakci z bučkami in korenjem (1), ajdova kaša, solata (12).	Domači puding (7), jabolko.

PET	11.10.2024	Polnozrnati kruh (1, 6, 11), jajčni namaz (4), bela kava (1, 7).	Zelenjavna juha (1, 7, 9), paniran ribji file (1, 3, 4), eko krompir z blitvo *, jabolčni zavitek (1, 3).	Polnozrnati keksi (1, 3, 6), breskev.
PON	14.10.2024	Carski praženec (1, 3, 7), bio mleko * (7).	Korenčkova juha (1, 3, 9), graham špageti z zelenjavno omako s sirom (1, 3, 7), zelena solata s koruzo (12).	Mafin (1, 3, 6), nesladkan čaj, jabolko.
TOR	15.10.2024	Pirin kruh (1, 6, 11), tunin namaz(4), svež paradižnik.	Zelenjavna juha (1, 7, 9), puranji trakci v omaki z grahom, korenčkom in koruzo (1, 7), krompirjevi njoki (1), zeljna solata (12)	Navadni jogurt (7), polnozrnati keksi (1, 3, 7).
SRE	16.10.2024	Sirni namaz (7), graham kruh (1, 6, 11), nesladkan čaj.	Zdrobova juha (1, 3, 9), lazanja (1, 3, 7), rdeča pesa v solati (12).	Ajdova štručka (1, 6, 11), pinjenec (7).
ČET	17.10.2024	Mlečni durum zdrob (1, 7), banana.	Goveja juha (1, 3, 9), goveji trakci v čebulni omaki (1, 9), koruzna polenta, zelena solata a fižolom (12).	Domača sadna skuta (7).
PET	18.10.2024	Rženi kruh (1, 6, 11), maslo (7), med, mleko (7) jabolko.	Zelenjavna juha (1, 3, 7, 9), piščančji zrezek v smetanovi omaki (1, 7), polnozrnati svaljki (1, 3, 6), eko zelena solata *(12).	Štručka s šunko in sirom (1, 7), zelena paprika.
PON	21.10.2024	Gobova kremna juha (1, 7, 9), polnozrnata štručka (1, 6, 11).	Goveja juha(1, 3, 9), rižota z mesom in zelenjavo (9), zelena solata s fižolom (12).	Paradižnikova solata (12), polnozrnati grisini (1, 11)
TOR	22.10.2024	Rženi kruh (1, 6, 11), umešana jajca (3), nesladkan čaj.	Zelenjavna juha (1, 3, 9) piščančji zrezek na žaru, dušeno zelje (1) maslen krompir (7).	Sadje, domači buhtelj iz polnozrnate moke (1, 3, 7).
SRE	23.10.2024	Koruzni kosmiči z jogurtom (7), banana.	Zelenjavna juha (1, 7, 9), puranji ragu (1, 9), polnozrnati peresniki (1), zelena solata s korenčkom (12).	Kefir(7), črna žemlja(1).

ČET	24.10.2024	Kruh s semeni(1,6,11), sir Gauda (7), čaj, zelena paprika.	Goveja juha (1, 3, 9), goveji zrezek v zelenjavni omaki (1, 7), eko ajdova kaša z zelenjavo* (1), paradižnikova solata(12).	Grški jogurt (7), grozdje, slive.
PET	25.10.2024	Sirova štručka(1, 7), bela kava (1, 7), hruška.	Fižolova enolončnica (1, 9), jabolčni zavitek (1, 3).	Mleko (7), polnozrnat rogljiček (1, 6, 11).
PON	28.10.2024	Rženi kruh (1, 6, 11), maslo (7), med, mleko (7)	Prežganka z jajcem (1, 3), rižota s piščančjim mesom in zelenjavo, zelena solata (12).	Polnozrnat grisini (1), navadni jogurt (7).
TOR	29.10.2014	Palačinke z džemom (1, 3, 7), nesladkan čaj.	Zelenjavna juha (1, 3, 7, 9), paniran ribji file (1, 3, 4), krompirjeva solata (12).	Domači puding (7).
SRE	30.10.2024	Ovseni kruh (1, 6, 11), skutin namaz z naribanim korenčkom (7), čaj.	Goveji stroganov (1, 10), polenta, zelena solata z lečo (12).	Domači buhtelj iz pirine moke (1, 3, 7), čaj.

- ZA OTROKE PRVEGA STAROSTNEGA OBDOBJA SE JEDI PRILAGODIJO (NAREZANO MESO, SOLATA NAREZANA NA MANJŠE TRAKOVE...),
- OTROKOM JE ČEZ VES DAN NA RAZPOLAGO NESLADKANI ČAJ IN SEZONSKO SADJE.
- PRIDRUŽUJEMO SI PRAVICO DO SPREMEMBE JEDILNIKA IZ OBJEKTIVNIH RAZLOGOV. KO JE SPREMEMBA JEDILNIKA O VSEBNOSTI ALERGENOV V ŽIVILIH DOBITE PRI KUHARSKEM OSEBJU.
- V JEDEH, KI SO OZNAČENA Z ZVEZDICO (*) JE UPORABLJENO EKOLOŠKO ŽIVILO.

Skladno z Uredbo EU (št. 1169/2011), se morajo v obratih javne prehrane označevati vse snovi, ki lahko povzročajo alergije ali preobčutljivost (tako imenovani alergeni). Vsi alergeni zajeti v tej uredbi so navedeni v tabeli. Alergeni so označeni na jedilniku s številko v oklepaju.

Legenda alergenov:

1 gluten 	2 raki 	3 jajca 	4 ribe 	5 arašidi 	6 soja 	7 mleko 
8 oreščki 	9 listna zelena 	10 gorčično seme 	11 sezamovo seme 	12 žveplov dioksid 	13 volčji bob 	14 mehkužci 