



OŠ Jakobski Dol, Sp. Jakobski Dol 4, 2222 Jakobski Dol

JEDILNIK za mesec februar 2019

	PONEDELJEK 4. 2.	TOREK 5. 2.	SREDA 6. 2.	ČETRTEK 7. 2.	PETEK 8. 2.
ZAJTRK VRTEC	Ovseni kruh, piščančja pašteta, jajce, šipkov čaj z limono GLUTEN, LAKTOZA , JAJCE	Čokoladne žitne kroglice/koruzni kosmiči z mlekom GLUTEN, LAKTOZA	Črni kruh, zeliščni skutin namaz, mleko GLUTEN, LAKTOZA	Koruzni kruh, kuhan pršut, sir, kumarica, zeliščni čaj GLUTEN, LAKTOZA	SLOVENSKI KULTURNI PRAZNIK
DOPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadje	Sadje	Sadje, čaj	Sadje	
ŠOLSKA MALICA	Ovseni kruh, piščančja pašteta, jajce, šipkov čaj z limono GLUTEN, LAKTOZA , JAJCA	Zelenjavno mesna enolončnica, sok GLUTEN, LAKTOZA	Črni kruh, zeliščni skutin namaz, mleko GLUTEN, LAKTOZA	Koruzni kruh, kuhan pršut, sir, kumarica, zeliščni čaj GLUTEN, LAKTOZA	
KOSILO	Segedin golaž, koruzni žganci, biskvitno pecivo s sadjem GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA	Brokolijeva juha, carski praženec z jabolčno čežano GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA	Prežganka, zeljne krpice, pečena hrenovka GLUTEN	Korenčkova juha, makaronovo meso, mešana solata GLUTEN, JAJCA, LAKTOZA	
POPOLDANSKA MALICA VRTEC	Banane in grozdje	Sadni jogurt, pol žemlje GLUTEN, LAKTOZA	Lešnikov puding z malinovim prelivom GLUTEN, LAKTOZA	Polnozrnat keksi/sadje/oreščki/kamilični čaj GLUTEN, OREŠČKI	

	PONEDELJEK 11. 2.	TOREK 12. 2.	SREDA 13. 2.	ČETRTEK 14. 2.	PETEK 15. 2.
ZAJTRK VRTEC	Čokolino  GLUTEN, LAKTOZA	Ovseni kruh, tunin namaz/tuna v kosih, zelena paprika, planinski čaj GLUTEN, LAKTOZA, RIBE	EKO: polenta, mleko, kislá smetana LAKTOZA	Črni kruh, umešano jajce, sadni čaj z limono in medom  JAJCA, GLUTEN	Čokoladne žitne kroglice/koruzni kosmiči/musli z mlekem/kruh GLUTEN, LAKTOZA
DOPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadje, čaj/sok	Sadje	EKO: sadje	Sadje	Suho sadje
ŠOLSKA MALICA	Polenta, mleko, kislá smetana LAKTOZA, GLUTEN	Makaronovo meso, parmezan, koruzni kruh, sok  GLUTEN, JAJCA	Ovseni kruh, tunin namaz/tuna v kosih, zelena paprika, planinski čaj GLUTEN, LAKTOZA, RIBE	Črni kruh, umešano jajce, sadni čaj z limono in medom  JAJCA, GLUTEN	Čokoladne žitne kroglice/koruzni kosmiči/musli z mlekem/kruh GLUTEN, LAKTOZA
KOSILO	Goveja juha z zakuho, kuhana govedina, pire krompir, špinača  GLUTEN, JAJCA, ZELENA, LAKTOZA	Štajerska kislá juha, skutin narastek, jabolčni kompot GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA	Kremna bučkina juha, kaneloni, pečen krompir, zelena solata  GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA	Kostna juha z rezanci, zelenjavna rižota z EKO teletino, motovilec GLUTEN, JAJCA, ZELENA	Boranja z mesom, jabolčni zavitek  GLUTEN
POPOLDANSKA MALICA VRTEC	Polnozrnati kruh, piščančja prsa, sir GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA	Sadni jogurt, pol bele žemlje LAKTOZA, GLUTEN	EKO: sadje	Pol sezamove bombetke, napitek GLUTEN, LAKTOZA, SEZAM	Ananas in banane

	PONEDELJEK 18. 2.	TOREK 19. 2.	SREDA 20. 2.	ČETRTEK 21. 2.	PETEK 22. 2.
ZAJTRK VRTEC	Mlečna prosena kaša s posipom  GLUTEN, LAKTOZA	Črni kruh, piščančje prsi, sir, sadni čaj GLUTEN, LAKTOZA	Koruzni kosmiči z mlekom ali jogurtom, šipkov čaj,  GLUTEN, LAKTOZA	Polbeli kruh, piščančja pašteta, bezgov čaj z medom  GLUTEN, LAKTOZA	Čokolino, mleko  LAKTOZA
DOPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadje, čaj	Sadje, sadni jogurt  LAKTOZA	Sadje	Sadje, čaj	Sadje
ŠOLSKA MALICA	ZIMSKE POČITNICE	ZIMSKE POČITNICE	ZIMSKE POČITNICE	ZIMSKE POČITNICE	ZIMSKE POČITNICE
KOSILO	Kostna juha z ribano kašico, makaronovo meso, zelena solata s koruzo	Zelenjavna juha, palačinke, mešani kompot GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA	Gobova juha, pečen piščančji file, pečen krompir, mešana solata GLUTEN, LAKTOZA	Goveja juha z rezanci, sladko zelje s krompirjem, kuhana govedina GLUTEN, LAKTOZA	Zelenjavni golaž s puranjim mesom, pire krompir, rdeča pesa GLUTEN, LAKTOZA
POPOLDANSKA MALICA VRTEC	Hruške, grisini palčke GLUTEN	Suho in sveže sadje	Banane in mandarine	Kosmiči z vaniljevim pudingom  GLUTEN, LAKTOZA	Pol pletenice, lešnikovo mleko  GLUTEN, LAKTOZA

	PONEDELJEK 25. 2.	TOREK 26. 2.	SREDA 27. 2.	ČETRTEK 28. 2.	PETEK 1. 3.
ZAJTRK VRTEC	Pirin kruh, maslo, med, janežev čaj,  GLUTEN, LAKTOZA	Hrenovke, čaj, gorčica, kečup GLUTEN, LAKTOZA, GORČI ČNA SEMENA	Koruzni kosmiči z mlekom ali jogurtom, šipkov čaj,  GLUTEN, LAKTOZA	Beli kruh, čokoladni namaz/nutella, mleko  GLUTEN, LAKTOZA	Malica po izboru 5.razreda
DOPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadje, čaj	Sadje, sadni jogurt  LAKTOZA	Sadje	Sadje, čaj	Sadje
ŠOLSKA MALICA	Pirin kruh, maslo, med, janežev čaj,  GLUTEN, LAKTOZA	Sadni jogurt, sezamova bombetka GLUTEN LAKTOZA, SEZAM	Piščančja obara z žličniki, kmečki kruh** GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA	Beli kruh, čokoladni namaz/nutella, mleko  GLUTEN, LAKTOZA	Malica po izboru 4.razreda
KOSILO	Kostna juha z zakuho, pečen piščanec, rizibizi, zelena solata s koruzo GLUTEN, LAKTOZA, ZELENA	Porova juha, špageti z bolonjsko omako in ribanim sirom, zelena solata s korenčkom GLUTEN, JAJCA	Čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, marmorni kolač, sok GLUTEN, LAKTOZA , JAJCA	Česnova juha, panga file, krompirjeva solata GLUTEN, LAKTOZA, RIBE	Ričet z zelenjavo, kruh, sadna solata s smetano  GLUTEN, LAKTOZA
POPOLDANSKA MALICA VRTEC	Pol sirove štručke, bio jabolčni sok  GLUTEN, LAKTOZA	Bio jogurt/bio kefir, pol črne zemlje  GLUTEN, LAKTOZA	Banane in kivi	Kosmiči z vaniljevim pudingom  GLUTEN, LAKTOZA	Pol pletenice, čokoladno mleko  GLUTEN, LAKTOZA

**PRI SESTAVI JEDILNIKOV SO UPOŠTEVANI STANDARDI ZDRAVEGA PREHRANJEVANJA v VIZ (2005) in PRAKTIKUM JEDILNIKOV ZDRAVEGA PREHRANJEVANJA (2008), KI JU JE IZDAL ZAVOD RS ZA ŠOLSTVO. Pri pripravi jedilnika smo upoštevali uredbo o zelenem naročanju in uvajamo tudi ekološka živila in živila iz integrirane pridelave.**

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, nedobavljenih surovin ali tehničnih težav, si šola pridržuje pravico do spremembe jedilnika, ki bo v takšnem primeru sproti zapisan.

Različne jedi, ki so napisane ob poševnicah pomenijo različne variante, ki jih kuharici upoštevata glede na razpoložljivost pri dobaviteljih oz. medsebojno ujemanje jedi/pijače.

Jedilnik za prvo starostno obdobje v vrtcu je prilagojen otrokovim potrebam in je zapisan za poševnico (dopoldanska ali popoldanska malica). Otroci imajo na razpolago vodo ali nesladkan čaj.

Alergeni so zapisani ob posameznih jedeh z velikimi črkami.

Pri kuhanju NE uporabljamo nobenih ojačevalcev okusa in instant juh, temveč suhe začimbe (majaron, timijan, lovor, kumina, cimet klinčki, muškadni orešček, brinove jagode...) ter občasno vegeto. Mleko v prahu se že več let NE uporablja!

Jedilnik sestavljajo: Andreja Kmetec, Bogdana Drozg Onič - organizatorki šolske prehrane, Veronika Pavalec, Zdenka Behin - kuharici in vzgojiteljice v vrtcu ter posamezni učenci 8. in 9. razreda.

**Učenci/otroci imajo pri malici in ves čas pouka/bivanja na razpolago sezonsko sadje.**

Vaše pripombe, predloge, opažanja lahko posredujete na e-naslov: [andrejakmtc@gmail.com](mailto:andrejakmtc@gmail.com)