


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

JEDILNIK za mesec november 2019 - 2.teden

	PONEDELJEK 11. 11.	TOREK 12. 11.	SREDA 13. 11.	ČETRTEK 14. 11.	PETEK 15. 11.
ZAJTRK	Ovseni kruh, kuhan pršut, rezina sira, zelena paprika, sadni čaj, GLUTEN, LAKTOZA	Graham žemlja, sadni in navadni jogurt, GLUTEN, LAKTOZA, OREŠČKI	Polenta, kislá smetana ali mleko, LAKTOZA	Makaronovo meso, lipov čaj, GLUTEN, LAKTOZA	TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK: Kruh, maslo, med, mleko, jabolko GLUTEN, LAKTOZA, Malica: štručka, sok
DOPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadje	Sadje	Sadje	Sadje	Sadje
ŠOLSKA MALICA	Ovseni kruh, kuhan pršut, rezina sira, zelena paprika, sadni čaj, GLUTEN, LAKTOZA	Graham žemlja, sadni in navadni jogurt, GLUTEN, LAKTOZA, OREŠČKI	Polenta, kislá smetana ali mleko, LAKTOZA SŠSZ	Makaronovo meso, lipov čaj, GLUTEN, LAKTOZA	TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK: Kruh, maslo, med, mleko, jabolko GLUTEN, LAKTOZA Malica: štručka, sok
KOSILO	Čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, sadna solata GLUTEN, LAKTOZA	Kostna juha z zakuho, telečja pečenka, pražen krompir, zelena solata s fižolom GLUTEN, JAJCA	Fižolova juha, cmoki, skutini štruklji, kompot GLUTEN,	Kostna juha z zakuho, piščančje meso v omaki, široki rezanci, zelena solata s koruzo GLUTEN, JAJCA, LAKTOZA	Ričet, biskvit s sadjem, sok GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA
POPOLDANSKA MALICA VRTEC	Čokoladni puding s pisanim posipom, malinovec GLUTEN, LAKTOZA	Jogurt, pol žemlje GLUTEN, LAKTOZA	Čokoladni navihanček, sok GLUTEN, LAKTOZA	Skutka, črni kruh GLUTEN, LAKTOZA	Sadni krožnik, oreščki 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 uvajanju tudi ekološka živila in živila iz integrirane pridelave.

SŠSZ – SHEMA ŠOLSKEGA SADJA IN ZELENJAVE

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, muškatni oreščki, brinove jagode...) ter občasno vegeto.

Jedilnik sestavljajo: Andreja Kmetec organizator 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.