

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

JEDILNIK za mesec november 2019 - 3.teden

	PONEDELJEK 18. 11.	TOREK 19. 11.	SREDA 20. 11.	ČETRTEK 21. 11.	PETEK 22. 11.
ZAJTRK	Makovka, bela žitna kava GLUTEN, LAKTOZA	Ovseni kruh, piščančja prsa, sir, paprika, šipkov čaj GLUTEN, LAKTOZA	Mlečni zdrob s posipom, suho sadje, malo sladkan čaj GLUTEN, LAKTOZA	Koruzni kruh, zeliščno maslo, bela kava, češnjev paradižnik GLUTEN, LAKTOZA	Malica po izbiri/kosmiči, čokolino z mlekom
DOPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadje	Sadje	Sadje	Sadje	Sadje
ŠOLSKA MALICA	Makovka, bela žitna kava GLUTEN, LAKTOZA	Sendviči, čaj ali sok GLUTEN, LAKTOZA	Mlečni zdrob s posipom, suho sadje, malo sladkan čaj GLUTEN, LAKTOZA SŠSZ	Koruzni kruh, zeliščno maslo, bela kava, češnjev paradižnik GLUTEN, LAKTOZA	Malica po izbiri 8. razreda
KOŠILO	Juha iz eko buč, svinjska pečenka, rizi bizi, rdeča pesa v solati GLUTEN, JAJCA, ZELENA	Kostna juha z zakuho, puranji zrezek po dunajsko, pražen krompir, mešana solata GLUTEN, JAJCA	Enolončnica iz stročnic s piščančjim mesom, marmorni kolač, sok GLUTEN, LAKTOZA	Korenčkova juha, goveji zrezki v gobovi omaki, njoki, kitajsko zelje v solati GLUTEN, LAKTOZA,	Jota, polbeli/polnozrnati kruh, pecivo s sadjem GLUTEN, JAJCA, LAKTOZA
POPOLDANSKA MALICA VRTEC	Jagodni puding s sladkim grehom, čaj GLUTEN, LAKTOZA	Ananas, banana	Polnozrnati piškoti, lipov čaj GLUTEN, LAKTOZA	Grški jogurt, pol žemlje GLUTEN, LAKTOZA	Kivi, pol pirine žemlje GLUTEN

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.

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 orešček, 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.

