


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

SEPTEMBER 2019 – 3.teden

	PONEDELJEK 16. 9.	TOREK 17. 9.	SREDA 18. 9.	ČETRTEK 19. 9.	PETEK 20. 9.
ZAJTRK VRTEC	Domači kmečki kruh, maslo, jagodna marmelada, planinski čaj GLUTEN, LAKTOZA	Polbeli kruh, čokoladni namaz, mleko LAKTOZA, GLUTEN, OREŠČKI	Umešana jajca, sadni čaj, koruzni kruh GLUTEN, JAJCA	Francoski rogljiček, bela žitna kava LAKTOZA, GLUTEN	Krompirjev golaž s hrenovko, koruzni kruh, sadni čaj GLUTEN
DOPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadje, čaj/sok	Sadje	Sadje, čaj/sok	Sadje	Suho sadje
ŠOLSKA MALICA	Domači kmečki kruh, maslo, jagodna marmelada, planinski čaj GLUTEN, LAKTOZA	Polbeli kruh, čokoladni namaz, mleko LAKTOZA, GLUTEN, OREŠČKI	Umešana jajca, sadni čaj, koruzni kruh GLUTEN, JAJCA SŠSZ	Francoski rogljiček, bela žitna kava LAKTOZA, GLUTEN	Krompirjev golaž s hrenovko, koruzni kruh, sadni čaj GLUTEN
KOSILO	Kostna juha z zakuho, makaronovo meso, zelena solata GLUTEN	Zelenjavna mineštra s čičeriko, rižev narastek z jagodnim prelivom GLUTEN, LAKTOZA, ZELENA	Piščančji paprikaš, polenta, zelena solata s koruzo GLUTEN, LAKTOZA	Krompirjeva juha, goveji file v vrtnarski omaki, njoki, zeljna solata GLUTEN, LAKTOZA	Porova juha, ribji file, krompirjeva solata GLUTEN, LAKTOZA, RIBE
POPOLDANSKA MALICA VRTEC	Koruzni kruh, krožnik z različnimi siri, orehova jedrca GLUTENLAKTOZA, OREŠČKI	Polnozrnati kruh, piščančja prsa, sir GLUTEN, LAKTOZA	Makova bombetka, napitek/sezonsko sadje GLUTEN, LAKTOZA	Grozdje, rezine sira, orehova jedrca, kruh LAKTOZA, OREŠČKI	Marmorni kolač, sok 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.

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, muškadni 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.

