


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

JEDILNIK za mesec december 2019 – 1.teden

	PONEDELJEK 2.12.	TOREK 3. 12.	SREDA 4. 12.	ČETRTEK 5. 12.	PETEK 6.12.
ZAJTRK	Ovseni kruh, jetrna pašteta, rezina kuhanega jajca, lipov čaj GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA	Črni/beli kruh, čokoladni namaz/nutella, mleko GLUTEN, LAKTOZA	Buhtli, čaj GLUTEN	Bela štručka, hrenovka s prilogo, metini čaj, GLUTEN	Kvašeno pecivo – miklavž, bela žitna kava/šipkov čaj, suho sadje, mandarina GLUTEN, LAKTOZA
DOPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadje	Sadje	Sadje	Sadje	Sadje
ŠOLSKA MALICA	Ovseni kruh, jetrna pašteta, rezina kuhanega jajca, lipov čaj GLUTEN, LAKTOZA, JAJCA	Beli kruh, čokoladni namaz, nutella, mleko LAKTOZA, GLUTEN, OREŠČKI	Zelenjavno – mesna enolončnica, koruzni kruh, čaj GLUTEN SŠSZ	Bela štručka, hrenovka s prilogo, metini čaj, GLUTEN	Kvašeno pecivo – miklavž, bela žitna kava/šipkov čaj, suho sadje, mandarina GLUTEN, LAKTOZA
KOSILO	Brokolijeva juha, makaronovo meso z ribanim sirom, kitajsko zelje GLUTEN, LAKTOZA	Kostna juha z zakuho, cmoki/skutini/ajdovi štruklji, jabolčni kompot GLUTEN, LAKTOZA	Špinačna juha, pečene piščančje krače, kus kus, rdeča pesa GLUTEN, LAKTOZA	Goveja juha z zakuho, naravni puranji zrezek, riž, zelena solata s koruzo GLUTEN, JAJCA, ZELENA	Gobova juha (šampinjoni), panga file, krompir s peteršiljem, zeljna solata GLUTEN, LAKTOZA, RIBE
POPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadni krožnik-različno sadje	Kosmiči z vaniljevim pudingom	Pol pletenice, sadni čaj GLUTEN, LAKTOZA	Črni/beli kruh, puranja prsa GLUTEN	Sadni jogurt, bela žemlja 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, 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.

