



OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a

2286 Podlehnik

www.sola-podlehnik.si

www.sola-podlehnik.si/vrtec

Telefon: 02 795 31 00

Fax: 02 795 31 05

os-mk.podlehnik@guest.arnes.si

vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si

JEDILNIK za mesec november 2023



DAN		ŠOLSKA MALICA 9.35-9.55	KOSILO (13.00 - 13.45)
Pon	6.11.	Pletenica, (1,7), žitna kava (7,8)	Čista juha z zakuho(1,3,9), štefani pečenka (10), kus kus (1), rdeči radič s krompirjem (12)
Tor	7.11. ŠM	Ovseni kruh (1), sir (7), vložena paprika (12), , mleko kmetije Skok (7)	Puranji pariški zrezki (1,3,6,7), ajdova kaša z zelenjavo, radič s krompirjem (12)
Sre	8.11.	Mleko (7) s koruznimi kosmiči (8), sadje	Krompirjeva juha s hrenovko (1), domače sadno pecivo (1,3,7)
Čet	9.11.	Mlečni pšenični zdrob (7) z lešniki in posipom (8), banana	Cvetačna juha (1,3,7,9), pečen ribji file (1,4), pečena polenta s sirom (3,7), solata iz stročjega fižola s sirom (7,12)
Pet	10.11. ŠSZ	Tunin namaz (4), koruzni kruh (1,6,7,8), sveža paprika, čaj	Juha z zakuho (1,3), pečen piščanec, mlinci (1), dušeno rdeče zelje
Pon	13.11.	Goveja juha z zdrobovimi žličniki (1,3,9), koruzni kruh (1), sadje	Kuhana govedina, špinača (1,3,7), pire krompir (7)
Tor	14.11. ŠM	Sirni namaz (6), polnozrnat kruh (1,8,11), kisl paprika, mleko (7)	Bučkina juha (1,3,7,9), telečji zrezek v zelenjavni omaki (1,3,7), kruhov cmok (1,3,7), zelena solata s fižolom (12)
Sre	15.11.	Hrenovka z gorčico (10), polnozrnat kruh, čaj	Štajerska kisl juha (1,9), črni kruh (1), prleška gibanica (1,3,7)
Čet	16.11. ŠSZ	Ovseni kruh (1,7), šunkaica (6), sir (7), korenje, čaj,	Piščančji trakci v omaki (1,7), polnozrnat široki rezanci (1,3,7), zelena solata (12)
Pet	17.11.	Z: Mleko(7),črni kruh(1), maslo(7), med, jabolko	Prežganka (1,3), borovničev cmok z drobtinami(1,3,7), domač mešani kompot
Trad. slov. zajtrk	ob 8.30 ob 10.20 ND	M:sirova štručka (1,7),čaj	
Pon	20.11.	Črni kruh (1), pašteta (6), paradižnik (12), čaj	Kokošja juha z zvezdicami (1), špageti z omako bologneze (1,3), sveža zelenjava
Tor	21.11. ŠM	Ribji namaz (1,3,7), polnozrnat kruh, sadje, mleko kmetije Skok(7),	Česnova kremna juha (7), pečene piščančje krače, rizi-bizi, zeljna solata s fižolom (12)
Sre	22.11.	Jota (1,3,7,9), polnozrnat kruh (1,3,7),sadje	Tortelini v smetanovi omaki (1,3,7) zelena solata s čičeriko (12), sadna skuta (7)
Čet	23.11. ŠSZ	Mešan kruh, (1,7), korenčkov namaz z limono in oljčnim oljem (7), paradižnik, čaj	Kostna juha z zvezdicami (1,3,9), dušen puranji file z rdečo papriko, kus-kus, zelena solata s korenjem



OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a
2286 Podlehnik

www.sola-podlehnik.si
www.sola-podlehnik.si/vrtec

Telefon: 02 795 31 00

Fax: 02 795 31 05

os-mk.podlehnik@guest.arnes.si
vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si

JEDILNIK za mesec november 2023

Pet	24.11.	Carski praženec (1,3,7) s cimetovim posipom , sadni kompot	Zelenjavna rižota (3) riban sir (7) zelena solata s paradižnikom (12) sadje
Pon	27. 11.	Mlečni riž z mandlji (7, 8), posip (6), polnozrnat kruh (1)	Korenčkova juha (1, 9) pražen krompir, kotlet, rdeča pesa (12)
Tor	28. 11. ŠM	Beli kruh (1), rožičev namaz z medom(8), čaj (7), navadni jogurt (7)	Puranje meso v zelenjavni omaki (1,6), polnozrnat riž, zelena solata s koruzo (12)
Sre	29.11.	Štručka šunka-sir (1,3,7), mleko (7), sadje	Tortilje s piščančjim mesom in zelenjavo, sir (7), domača omaka (7,10), zelena solata s fižolom (12), voda
Čet	30.11 ŠSZ	Temni navihanček z nadevom (1,6), suho sadje, čaj	Telečja obara s zdrobovimi žličniki (1,3), jabolčna čežana

Dietni obroki se pripravljajo na osnovi Potrdila o medicinsko indicirani dieti za otroka in v skladu z internimi navodili.

Torek -ŠM-SHEMA ŠOLSKEGA MLEKA; Četrtek -ŠSZ-SHEMA ŠOLSKEGA SADJA IN ZELENJAVE,

SHEMI STA SOFINANCIRANI S STRANI EVROPSKE UNIJE

- **Jajca, med, zelena solata, česen , krompir in jabolka so lokalnega izvora**
 - * mleko in mlečni izdelki lokalnega pridelovalca Kmetije Skok
 - ** BIO/EKO izdelki

LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost: 1. Žita, ki vsebujejo gluten, 2. Raki in proizvodi iz rakov, 3. Jajca in proizvodi iz jajc, 4. Ribe in proizvodi iz rib, 5. Arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 6. Zrnje soje in proizvodi iz soje, 7. Mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 8. Oreški, 9. Listna zelena in proizvodi iz nje, 10. Gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11. Sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12. Žveplovi dioksidi ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂), 13. Volčji bob in proizvodi iz njega, 14. Mehkužci in proizvodi iz njih

Vsem učencem je jutraj in v času kosila na razpolago voda, kruh (polnozrnat, črn ali bel) in jabolko.

Ob kosilu je učencem na voljo pitna voda, večkrat pa razredčen 100% sadni sok ali čaj.

Iz objektivnih razlogov si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika!

Jedilnik pripravila:

Mateja Šibila, vodja šol. prehrane, I. r.

Ravnatelj:

dr. Dejan Kopold, I. r.

