



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

JEDILNIK ŠOLA - MAREC 2022

DAN	ŠOLSKA MALICA 9.35-9.55	KOSILO (13.00 - 13.45)
Sre	1.3. Domač piščančji namaz (7), polnozrnati kruh (1), paradižnik	Čista juha s kroglicami (1), cvetačni pire (7), puranji trakci v naravni omaki (7), zelena solata z radičem(12)
Čet	2.3. Tunin namaz (4,6), polnozrnati kruh (1,11,8), sveža paprika, čaj	Pečena piščančja bedra (10), riž (1), rdeči radič s krompirjem (12)
Pet	3.3. Mešan kruh, (1,7), čokoladni namaz (7,8), mleko (7)	Cvetačna juha (1,3,7,9), pečen ribji file (1,4), gratiniran krompir (3,7), zeljna solata s koruzo(12)
Pon	6.3. Ovseni kruh (1, 3, 7), domači namaz liptauer (3,7,10), kisl paprika (12), čaj	Porova juha(1,9), koketi (1,3,6), krompirjeva solata (12)
Tor	7.3. ŠM Polnozrnat kruh (1), topljeni sir (7), paradižnik, čaj *navadni jogurt	Svinjska pečenka, svedrčki (1,3), zelena solata s koruzo(12)
Sre	8.3. Prosenka kaša na mleku (7), med/cimet	Pečenica s kislim zeljem(1,3,6), pražen krompir , kruh(1,7,8,11), desert (1,3,4,6,7)
Čet	9.3. ŠSZ Koruzni kruh (1,3,), piščančje prsi (1,6), vložena paprika, <i>suho sadje</i>	Juha iz bučk (1,7,9), puranji file v naravni omaki (1,9), polnozrnati kus kus, zelena solata (12)
Pet	10.3. Graham kruh, domač jajčni namaz s korenčkom (3,7), čaj	Brokolijeva juha(1,7), file soma (,4), krompir v kosih, solata iz stročjega fižola (12), sadje
Pon	13.3. Črni kruh (1), pašteta (6), kisle kumarice(12)	Krompirjeva juha (1,7), sesekljani zrezek (1,3), dušen riž, zelena solata z lečo (12)
Tor	14.3. ŠM Sendvič s poli maxi salamo in sirom (1,3,7), kumara, mleko	Puranji zrezek v omaki (1,3,6,7), kus,kus z zelenjavo (1), radič s krompirjem (12)
Sre	15.3. Hot dog (1,3,6) z gorčico (10), čaj	Kurja obara z žličniki (1,3,9), sirovi štruklji z drobtinami (1,3,7), mandarina
Čet	16.3. ŠSZ Domači tunin namaz z zelišči (4,6), polnozrnati kruh (1,3,7), čaj	Čista juha z zakuho, mesna lazanja (1,3,7), rdeča pesa, jabolko
Pet	17.3. Cesarski praženec (1,3,7) z jagodnim džemom, čaj	Grahova juha s kroglicami (1,9), sirovi tortelini (7,1,3), smetanova omaka z drobnjakom (7), zelena solata s paradižnikom (12)
Pon	20.3. Sadni jogurt (7), bela žemlja (1,3,7), sadje	Korenčkova juha (1,9), pečena svinjska rebra, široki pirini rezanci (1,3), endivija s krompirjem (12)



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

Tor	21.3. ŠM	Polnjena štručka (1,6,7, 3), mandarina, mleko kmetije Skok (7)	Čista juha z zakuho (1,3,9), pečena hrenovka (1,6), pomfrit, zeljna solata (12)
Sre	22.3.	Mlečni riž (7) s posipom(8), banana,	Minjonska juha (1,3,7, 9), kaneloni šunka - sir (1,3,6), , francoska solata (3,10)
Čet	23.3. ŠSZ	Krompirjeva juha s hrenovko (1,7, 9), črni kruh (1), hruška	Naravni piščančji zrezek, domači puding (7) mlinci (1,3,7), zelena solata (12)
Pet	24.3.	Graham kruh, (1,7), domači tunin sirni namaz (7,8), kisle kumarice, čaj	Porova juha (1,3,7,9), pečen ribji file v koruzni srajčki (1,4), maslen krompir (3,7), zelena solata s fižolom (12)
Pon	27.3.	Domači puding (7) z domačim sadnim prelivom, kruh	Goveji golaž (1,9) , polenta (1,7), rdeča pesa (12)
Tor	28.3. ŠM	Makaronovo meso (1,3), zeljna solata s koruzo (12), navadni jogurt	Zelenjavna juha (9), skutin burek (1,3,7), kompot *
Sre	29.3.	Piščančji sirni namaz z zelišči (3,7), polnozrnat kruh (1), kisle kumarice (12)	Cvetačna juha (1,7,9) , puranji file po pariško (1,3, 7) , dušen riž , zeljna solata s korenčkom
Čet	30.3. ŠSZ	Hamburger(1,3,6,7) z domačo omako , čaj, zelena solata	Ričet z mesom (1,9), rženi kruh (1,6,11), domače pecivo (1,3,7)
Pet	31.3.	Beli kruh (1, 3, 7), medeni namaz (7) kakav (7)	Telečji trakci v smetanovi omaki (1,7), kruhovi cmoki (1,3, 7), zelena solata z lečo (12)

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, SHEMA 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. Žveplov dioksid 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 zjutraj 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, l. r.

Ravnatelj:
dr. Dejan Kopold, l. r.