



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- SEPTEMBER 2023

DAN	ŠOLSKA MALICA 9.35-9.55	KOSILO (13.00 - 13.45)
Čet		
Pet	1.9. Sadna skuta (7), graham bombetka (1)	
Pon	4.9. Tunin namaz (4,7), sveže kumarice, ovseni kruh (1), čaj	Goveji zrezek v grahovi omaki (1,7), pire (7), rdeča pesa (12), sok
Tor	5.9. Polnozrnati kruh (1), topljeni sir (7), sadje, mleko kmetije ŠM Skok(12)	Piščančja nabodala,(1),široki rezanci (1,3), sveža zelenjava
Sre	6.9. Hrenovka (1,6) z gorčico (10), rženi kruh (1,6,11), čaj	Korenčkova juha (1),pečena bedrca, rižota z bučkami, zelena solata (12), čaj/voda
Čet	7.9. Makaronovo meso (1,3), kruh(1), paradižnik	Zelenjavna mineštra (1,7,9), palačinka (1,3,7) z marmelado
Pet	8.9. Polenta (1), mleko (7), kruh, (1) sadje	Čista juha s kroglicami (1,7), testenine (1,3) s tunino, zeljna solata z lečo(12)
Pon	11.9. Sirova štručka (1,7), bela kava (7)	Prežganka (1,7), džuveč riž s svinjskim mesom, zelena solata (12)
Tor	12.9. Črni kruh (1),mesno-zelenjavni namaz (3,7,10), mleko (7)	Korenčkova juha z ribano kašo (1,3), mesna lazanja (1,3,7),zeljna solata (12)
Sre	13.9. Koruzni kruh (1,11),medeni namaz (6), mleko (7)	Porova juha (1,9),pečen piščanec, polnozrnati kus kus, endivija s fižolom (12)
Čet	14.9. Goveja juha z zakuho (1,3), polnozrnati kruh (1), korenček, žitna tablica (1,3,5,7,8)	Govedina, špinača (1,7), pire krompir (7), kompot
Pet	15.9. Cornfleks, čokolino (1,8), mleko (7), banana	Zelenjavna krem juha (1,9), ocvrte ribji file (1,3,4) krompir z blitvo
Pon	18.9. Ovseni kruh (1),evrokrem (10), bela žitna kava (1,7), sadje	Piščančja juha z zakuho (1),špageti po bolonjsko(1,6), zelena solata (12)
Tor	19.9. Zelenjavna juha z mletim mesom (1,9), kruh (1), kefir ŠM	Piščančji dunajski zrezki (1,3), krompirjeva solata s kumaricami (12), kompot
Sre	20.9. Čaj, polnozrnati kruh (1), piščančja pašteta, paprika	Goveji golaž s polento (1), domače pecivo (1,3,7)
Čet	21.9. Črni kruh (1), piščančje prsi v ovitku (6), paradižnik, sok/voda ŠSZ	Goveja juha z rezanci(1,3,7), bučke v omaki, kuhana govedina, pražen krompir
Pet	22.9. Mlečni zdrob (7) s posipom (8), polnozrnati kruh (1), sadje	Zelenjavna juha (9), skutni burek (1,3,7), kompot *



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

Pon	25.9.	Ovseni kruh (1,3), sir v rezinah (7), sveže kumare, čaj	Teletina v čebulni omaki (1,9), kruhov cmok (1,3), stročji fižol v solati (12)
	Tor	26.9. ŠM Polnozrnati kruh (1) z zeliščnim namazom (7), paradižnik, mleko kmetije Skok	Bučkina kremna juha, mesno-zelenjavna rižota (1,3,7), rdeča pesa (12)
Sre	27.9.	Hamburger (1,6) z domačo omako (10, 3, 7), sveža solata naravna limonada	Gobova juha z zelenjavo (1,6), ajdovi žganci (1), domače pecivo (1,3,7)
Čet	28.9. ŠSZ	Ričet (1,9), rženi kruh (1), 100% jabolčni sok, grozdje	Krompir v kosih, piščančja nabodala, sveža zelenjava (kumare, paradižnik)
Pet	29.9.	Polnozrnati kruh, sadni džem, kislá smetana (7), mleko (7)	Brokolijeva juha (1,7) pečen ribji file (4), rizi-bizi, kumarična solata (12)

Jedilniki se prilagajajo z brezglutenskimi sestavinami, mlekom brez laktoze in sestavinami brez konzervansov, ki so potrebne za učence z zdravniškim potrdilom

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 (polnozrnati, 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.

