



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 – JANUAR 2024

DAN		ŠOLSKA MALICA 9.35-9.55	KOSILO (13.00 - 13.45)
Sre	3.1.	Mlečni zdrob (7) s posipom (8), banana	Čista piščančja juha z zakuho (1,3,9), pečen piščanec (10), polnozrnat kus-kus, zelena solata s koruzo (12)
Čet	4.1. ŠSZ	Zelenjavna juha z mesom (1,9), 100% razredčen jabolčni sok (12), kivi	Piščančji firkase (1,3,7), polnozrnat dušen riž, rdeči radič s krompirjem
Pet	5.1.	Ovseni kruh (1), sir (7), vložene kumarice (12), čaj	Cvetačna juha (1,3,7,9), pečen ribji file (1,4), gratiniran krompir (3,7), fižolova solata (12)
Pon	8.1.	Ričet (1,9), ovseni kruh (1) sadje, voda	Sesekljeni zrezek (1,3), dušen riž, zelena solata s korenčkom (12)
Tor	9.1. ŠM	Črni kruh, domači namaz liptauer (3,7) navadni jogurt (7), gozdni sadeži	Kurja obara z žličniki (1,3,9), sirovi štruklji z drobtinami (1,3,7), sadje
Sre	10.1.	Ajdov kruh (1,7,8), hrenovke (1,3,6) s prilogo (10), čaj,	Čufti v paradižnikovi omaki (1,3,6), pire krompir (7), kompot
Čet	11.1. ŠSZ	Tunin namaz (1,4), polnozrnat kruh (1), sveže korenje, čaj (7)	Bučkina kremna juha (7,9), piščančji zrezek v omaki, polnozrnat kus kus, solata iz kitajskega zelja (12)
Pet	12.1.	Mleko z medom (7), sezamova štručka (1,7,11)	Korenčkova juha (9), zelenjavni zrezek, krompirjeva solata s kumaricami (12)
Pon	15.1.	Beli kruh (1), medeni namaz, kakav (7)	Kostna juha z zakuho (1,9), pečena svinjska rebra, tri žita (1,3), endivija s krompirjem (12)
Tor	16.1. ŠM	Mešan kruh, (1,7), čokoladni namaz (8), mleko (6)	Pečenica s kislim zeljem (1,3,6), pražen krompir, kruh (1,7,8), sadje
Sre	17.1.	Makarono meso (1,3), zeljna solata s koruzo (12), voda	Zelenjavna mineštra (1,7,9), palačinka (1,3,7) z marmelado
Čet	18.1. ŠSZ	Pica burek (3,7), čaj, suho sadje	Čista kokošja juha z zlatimi kroglicami (1,3,9), pečena hrenovka (1,6), pomfrit, zelena solata z lečo (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

J E D I L N I K

Pet	19.1.	Domač ribji namaz (1,7), polnozrnati kruh (1), sveža paprika	Cvetačna juha (9), široke polnozrnate testenine s tuno (3,7,4) , rdeča pesa
Pon	22.1.	Mešan kruh (1,7), piščančja pašteta (1,6), paradižnik, čaj	Polnozrnati špageti po bolonjsko (1,3,6,7), zelena solata (12)
Tor	23.1. ŠM	Kuhano jajce (3), sveža paprika, polnozrnat kruh (1,7), mleko kmetije Skok (7)	Boranja z govedino/svinjino (7,9), pire krompir (7), sadje
Sre	24.1.	Fižolova juha s peresniki (3,7,9), črni kruh (1,7), voda	Špinačna juha (1,9), svinjska pečenka, krompirjeva solata (12), sadje
Čet	25.1. ŠSZ	Piščančji namaz (4,6,7), polnozrnati kruh (1,7,8), sveža paprika, čaj	Piščančji paprikaš (1,9), ajdovi žganci, sadni kompot
Pet	26.1.	Koruzni kruh, marmelada, kislá smetana (7), mleko	Brokolijeva juha (1,7), rižota z gobami , solata s stročjega fižola (12), sadje
Pon	29.1.	Mlečni močnik iz polnovredne moke s cimetovim posipom (1,3,7), banana	Kokošja juha z zvezdicami (1), polnozrnati špageti z omako bologneze (1,3), solata iz kitajskega zelja (12)
Tor	30.1. SM	Polnozrnati kruh (1,7,8), piščančje prsi (6), mleko kmetije Skok (7)	Gobova juha (1,7,9), mesno zelenjavna lazanja (1,3,7), zeljna solata z lečo (12) (12)
Sre	31.1.	polenta z domačim mlekom (7), ocvirki, mandarine	Porova juha (1, 7, 9), pečena bedrca, rizi bizi, endivija s krompirjem (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, 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. 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 pridružujemo pravico do spremembe jedilnika!

Jedilnik pripravila:
Mateja Šibila, vodja šol. prehrane, I. r.

Ravnatelj:
dr. Dejan Kopold, I. r.