



# OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a  
2286 Podlehnik

[www.sola-podlehnik.si](http://www.sola-podlehnik.si)  
[www.sola-podlehnik.si/vrtec](http://www.sola-podlehnik.si/vrtec)

Telefon: 02 795 31 00

Fax: 02 795 31 05

[os-mk.podlehnik@guest.arnes.si](mailto:os-mk.podlehnik@guest.arnes.si)  
[vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si](mailto:vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si)



## JEDILNIK

### JEDILNIK ŠOLA- SEPTEMBER 2024

DAN		ŠOLSKA MALICA 9.35-9.55	KOSILO (13.00 - 13.45)
Pon	2.9.	Sadna skuta (7), graham bombetka (1)	/
Tor	3.9. ŠM	Polnozrnatni kruh (1), sir (7), sadje, mleko kmetije Skok (12)	Piščančja nabodala, (1), široki rezanci (1,3), sveža zelenjava
Sre	4.9.	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	5.9. ŠSZ	Makaronovo meso (1, 3), kruh (1), paradižnik	Zelenjavna mineštra (1,7,9), palačinka (1,3,7) z marmelado
Pet	6.9.	Polenta (1), mleko (7), kruh, (1) sadje	Čista juha s kroglicami (1,7), testenine (1,3) s tunino, zeljna solata z lečo (12)
Pon	9.9.	Sirova štručka (1,7), bela kava (7)	Prežganka (1, 7), džuveč riž s svinjskim mesom, zelena solata (12)
Tor	10.9. ŠM	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	11.9.	Koruzni kruh (1, 11), medeni namaz (6), mleko (7)	Porova juha (1,9), pečen piščanec, polnozrnatni kus kus, endivija s fižolom (12)
Čet	12.9. ŠSZ	Goveja juha z zakuho (1,3), polnozrnatni kruh (1), korenček, žitna tablica (1,3,5,7,8)	Govedina, špinača (1,7), pire krompir (7), kompot
Pet	13.9.	Cornfleks, čokolino (1,8), mleko (7), banana	Zelenjavna krem juha (1,9), ocvrte ribji file (1,3,4) krompir z blitvo
Pon	16.9.	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	17.9. ŠM	Zelenjavna juha z mletim mesom (1,9), kruh (1), kefir	Piščančji dunajski zrezki (1,3), krompirjeva solata s kumaricami (12), kompot
Sre	18.9.	Čaj, polnozrnatni kruh (1), piščančja pašteta, paprika	Teletina v čebulni omaki (1,9), kruhovi cmoki (1,3), stročji fižol v solati (12)
Čet	19.9. ŠSZ	Črni kruh (1), piščančje prsi v ovitku (6), paradižnik, sok/voda	Goveja juha z rezanci (1,3,7), bučke v omaki, kuhana govedina, pražen krompir
Pet	20.9.	Mlečni zdrob (7) s posipom (8), polnozrnatni kruh (1), sadje	Zelenjavna juha (9), skutni burek (1,3,7), kompot *
		<b>EVROPSKI TEDEN JEZIKOV</b>	<b>EVROPSKI TEDEN JEZIKOV</b>
Pon	23.9.	Ovseni kruh (1,3), sir v rezinah (7), sveže kumare, čaj	* Goveji golaž s polento (1), domače pecivo (1, 3, 7) *MADŽARSKA



# OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a  
2286 Podlehnik

[www.sola-podlehnik.si](http://www.sola-podlehnik.si)  
[www.sola-podlehnik.si/vrtec](http://www.sola-podlehnik.si/vrtec)

Telefon: 02 795 31 00

Fax: 02 795 31 05

[os-mk.podlehnik@guest.arnes.si](mailto:os-mk.podlehnik@guest.arnes.si)  
[vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si](mailto:vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si)

## JEDILNIK

<b>Tor</b>	24.9.	<b>*Pica</b> (1,3,7), <b>jabolko, naravna limonada</b> <b>*ITALIJA</b>	<b>Bučkina kremna juha, mesno-zelenjavna rižota</b> (1,3,7), <b>rdeča pesa</b> (12)
<b>Sre</b>	25.9. <b>ŠM</b>	<b>Polnozrnat kruh</b> (1) <b>z zeliščnim namazom</b> (7) , <b>paradižnik, mleko kmetije Skok</b>	<b>*Gobova juha z zelenjavo</b> (1,6), <b>ajdovi žganci</b> (1), <b>domače pecivo</b> (1,3,7) <b>*SLOVENIJA</b>
<b>Čet</b>	26.9. <b>ŠSZ</b>	<b>*Šmorn</b> (1,3,7) <b>s cimetovim posipom, mleko</b> (7) <b>*AVSTRIJA</b>	<b>Ričet</b> (1,9), <b>rženi kruh</b> (1), <b>100% jabolčni sok, grozdje</b>
<b>Pet</b>	27.9.	<b>Polnozrnat kruh, sadni džem, kislá smetana</b> ( 7) , <b>mleko</b> (7)	<b>Brokolijeva juha</b> (1,7) <b>*pečen ribji file</b> (4), <b>krompirček, kumarična solata</b> (12) • <b>ANGLIJA</b>
<b>Pon</b>	30.9.	<b>Tunin namaz</b> (4,7), <b>sveže kumarice, ovseni kruh</b> (1),čaj	<b>Goveji zrezek v grahovi omaki</b> (1,7), <b>pire</b> (7), <b>rdeča pesa</b> (12), <b>sok</b>

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, 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 SO<sub>2</sub>), 13. V olji 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.

