

JEDILNIK SEPTEMBER 2018

OŠ MAJŠPERK



2. 9. do 6. 9. 2019

| | |
|------------------|--|
| MALICA | Štručka s sirom in salamo* (1,11,3), 100% razredčen sok, breskev |
| KOSILO | |
| P. MALICA | |
| MALICA | Črn kruh(1), piščančja salama (11), paprika*, paradižnik*, čaj |
| KOSILO | Kostna juha z zelenjavo (1,2,12), pečena svinjska rebrca, pražen krompir, solata paradižnik/kumare, paprika* |
| P. MALICA | Štručka s sezamom(1,8), kefir (3) |
| MALICA | Pletena makova(1,3,8), mleko* (3), jabolka* |
| KOSILO | Puranji zrezek v omaki (1), krompirjevi svaljki (1,2,3), zelena solata*, paradižnikova solata* |
| P. MALICA | Žemlja(1), rezine sira (3), grozdje |
| MALICA | Graham kruh (1,8), zelenjavna solata s salamo (11) |
| KOSILO | Zelenjavna juha z mesom(1,12), jogurt 250 g, pisan biskvit(1,2,3,8) |
| P. MALICA | Krosan (1,2,3), nektarina |
| MALICA | Koruzni kruh, ajdov kruh (1), pašteta (11), sveža paprika (zelena, rumena), planinski čaj z limono |
| KOSILO | Bistra juha (12), pečena piščančja prsa/perutničke, dušen riž, priloga (korenje, grah), zeljna solata |
| P. MALICA | Črn kruh (1), Mu muki skutka 100g (3) |

9. 9. do 13. 9. 2019

| | |
|---------------------------------|---|
| MALICA | Jogurt domač * (3), kruh Bambi/koruzni kruh (3) |
| KOSILO | Kumarična juha(1), čevapčiči(11), pečen krompir* , mešana solata (paradižnik, paprika) |
| P. MALICA | Kruh(1), tunina v olju (4), sveža paprika* |
| Brezmesni dan MALICA | Črn kruh(1), maslo z medom* (3) /marmelada, bela žitna kava (3,8), hruška |
| KOSILO | Grahova juha (12), rižota z zelenjavo, zelenja solata s čičeriko* /koruzo, jogurt (3) |
| P. MALICA | Krof z marmelado (1,2,3), bio mleko * , jabolka |
| MALICA | Makaronovo meso (puranje) z zelenjavo – koromač, rdeča paprika, kolerabica, korenje, paradižnik (1,2,12), jabolka* |
| KOSILO | Mesni polpet(11), pire krompir (3), bučke v omaki(3), bio kefir* (3) |
| P. MALICA | Makova (1,8), bio kefir * , (3) |
| MALICA | Sirov/jabolčni zavitek (1,2,3), čaj zeliščni z limono, grozdje |
| KOSILO | Kostna juha z zelenjavo (mix zelenjave)(12), ocvrt piščančji koket(1,2), riž z zelenjavo, rdeča pesa |
| P. MALICA | Hamburger (1,11), sok |
| MALICA | Pirin kruh/črn kruh(1), skutin namaz /zelenjavni/ s šunko (3,11), kakav (3,8) |
| KOSILO | Polnjena paprika v omaki (1), krompir v kosih, kefir*(3) |
| P. MALICA | Kruh črn/ pirin (1), Mu jogurt Maša in Medved (3) |

16. 9. do 20. 9. 2019

| | |
|---------------------------------|---|
| MALICA | Domač kruh (1)* , polsuha salama(11), paradižnik, paprika* , čaj |
| KOSILO | Milijon juha(1,2,12), pečen krompir, pečena hrenovka(11), solata (paradižnik, kumare, paprika) |
| P. MALICA | Mlečna štručka * (1,2,3), grozdje |
| MALICA | Mlečni zdrob (1,3), koruzni kruh, slive ringlo |
| KOSILO | Juha z vlivančki (1,2,12), svinjska pečenka, naravna omaka(1), riž/ajdova kaša (1), priloga (mini korenček, brokoli) rdeča pesa |
| P. MALICA | Kruh(1), pašteta(11), kumara, čaj |
| Brezmesni dan MALICA | Rezine sira (3), črn kruh/koruzni kruh (1), jabolka** |
| KOSILO | Juha zelenjavna, pečena riba (4,1), krompirjeva solata, sadje |
| P. MALICA | Velika žemlja (1), rezine sira (3), kumare, nektarina/hruška |
| MALICA | Koruzni/čokoladni kosmiči (1,8), mleko(3)* , hruška |
| KOSILO | Piščančji paprikaš (1,12), polnozrnati svedrčki*(1,2) , mešana solata z lečo* |
| P. MALICA | Hodok štručka(1), hrenovka(11), zenf (10), majoneza (2) |
| MALICA | Buhtelj z marmelado (1,2,3), čaj, grozdje, breskev |
| KOSILO | Juha z žličniki (1,2,12), piščančji zrezek po pariško(1,2), francoska solata(2) |
| P. MALICA | Puding (1,3), grozdje/ banana |

23. 9. do 27. 9. 2019

| | |
|-----------------------------|---|
| MALICA | Zelenjavna solata s salamo (11), črn kruh (1), sadje |
| KOSILO | Bistra juha z zvezdicami(1,2,12), špageti(1,2), paradižnikova omaka z mesom, mešana solata, sladoled(3) |
| P. MALICA | Žepk iz listnatega testa s sadnim nadevom(1,2,3), grozdje |
| MALICA | Črn kruh(1), hrenovka (11), gorčica (10), majoneza (2), zeliščni čaj z limono |
| KOSILO | Kostna juha z ribano kašo(1,2,12), goveji zrezek v gobovi omaki(1,12), koruzni žganci, zelena solata*, kefir(3) |
| P. MALICA | Palačinka z marmelado (1,2,3), jabolka |
| MALICA | Mlečna pletena štručka(1,2,3), probiotični jogurt * (3), jabolka** |
| KOSILO | Kolerabična juha s krompirjem(1,12), štefani pečenka(2), polnozrnati široki rezanci(1,2)*, mešana solata (zelena, paradižnik/paprika/kumare), puding(1,3) |
| P. MALICA | Sendvič s poli salamo(1,11), kumare, sir (3) |
| Brezmesni dan MALICA | Ajdov kruh*(1), topljeni sir (3), bela žitna kava (3,8), melona |
| KOSILO | Bučkina juha (3), ocvrt ribji file (2,4), krompirjeva solata, kruh(1), sladoled (3) |
| P. MALICA | Polnozrnat kruh(1,8), sadni jogurt (3) |
| MALICA | Lepinja(1), piščančja pleskavica(11), čaj z limono |
| KOSILO | Porova* juha z zvezdicami(1,2,3), rižota s piščančjim mesom in zelenjavo (koromač, rdeča paprika, por, korenje, grah), zelena solata z lečo, hruška |
| P. MALICA | Rogljček s čokoladno kremo*(1,2,3), bio mleko* (3) |

30. 9. 2019

| | |
|------------------|--|
| MALICA | Kruh večzrnat (1,9), ribji namaz (3,4), čaj planinski, sadje |
| KOSILO | Gobova juha z jurčki (1,3), ajdovi žganci (1), jogurtovo pecivo z marelicami (1,2,3) |
| P. MALICA | Jogurt (3), velika žemlja (1) |

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

Na jedilniku bo označeno sadje in zelenjava z rdečo barvo (jabolka*), ki bodo nastavljena v posebnem kotičku in bo učencem na voljo preko celega dne, ne v času malice. Sadje in zelenjava bo razdeljena v okviru Evropske »sheme šolskega sadja in zelenjave«.

Živila, ki so označena z * (zvezdico) in zeleno barvo, so ekološka živila.

Živila, ki jih vključujemo v jedilnik od lokalnih dobaviteljev so označena z * in oranžno barvo.

Pri kosilu in opoldanski malici je učencem ponujena voda in naravni 100% sok.

Organizator šolske prehrane: Tatjana Peršuh