


OŠ Jakobski Dol, Sp. Jakobski Dol 4, 2222 Jakobski Dol

JEDILNIK za mesec februar 2020

|  | PONEDELJEK 17. 2. | TOREK 18. 2. | SREDA 19. 2. | ČETRTEK 20. 2. | PETEK 21. 2. |
|---|---|---|--|---|--|
| ZAJTRK | Pirih kruh (1,6,11), pašteta, paradižnik, zeliščni čaj | Sirova štručka (1,7), sadni čaj z limono | Polnozrnati kruh (1,6,7,11), puranja prsa, rezine sira (7), paprika, čaj | Čokolino (1,6,7,8) | Makova štručka (1,7), kakav (6,7) |
| DOPOLDANSKA MALICA VRTEC | Sadje | Sadje | Sadje | Sadje | Sadje |
| ŠOLSKA MALICA | Pirih kruh (1,6,11), pašteta, paradižnik, zeliščni čaj | Sirova štručka (1,7), sadni čaj z limono | Polnozrnati kruh (1,6,7,11), sadni bio jogurt (7) SŠSZ | Po izboru 6. Razreda Makaroni z mesom (1), sadni sok | Krof z marmelado (1,3,7), sadni čaj |
| KOSILO | Zdrobova juha s korenčkom (1), dušen riž, svinjski dunajski zrezek (1,3), kitajsko zelje v solati | Cvetačna kremna juha, kuskus (1), puranji trakci s smetano (1,7), solata s koruzo | Kostna juha s kašo (1,3,9), zabeljen fižol, dušeno kislo zelja, pečenice | Zelenjavna enolončnica, sadni cmok (1,7), jabolčni kompot | Juha z zvezdicami (1,3,9), kruhov cmok (1,3,7), goveji trakci v naravni omaki (1), zelena solata z radičem |
| POPOLDANSKA MALICA VRTEC | Kruh (1), topljeni sir (7) | Polnozrnati keksi (1,6,7) | Žemlja (1), sadni bio jogurt (7) | Kruh (1), skutni namaz (7) | Črni kruh (1), puranja prsa |

ALERGENI (snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost)

- | | |
|---|---|
| 1 Žita, ki vsebuje gluten | 9 Listna zelena in proizvodi iz nje |
| 2 Raki in proizvodi iz rakov | 10 Gorčično seme ali proizvodi iz njega |
| 3 Jajca in proizvodi iz jajc | 11 Sezamovo seme ali proizvodi iz njega |
| 4 Ribe in proizvodi iz rib | 12 Žveplov dioksid ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10mg/l glede na skupni SO ₂) |
| 5 Arašidi (kikiriki) in proizvodi iz arašidov | 13 Volčji bob in proizvodi iz njega |
| 6 Zrnje soje in proizvodi iz soje | 14 Mehkužci in proizvodi iz njih |
| 7 Mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo) | |
| 8 Oreščki | |

PRI SESTAVI JEDILNIKOV SO UPOŠTEVANI STANDARDI ZDRAVEGA PREHRANJEVANJA v VIZ (2005) in PRAKTIKUM JEDILNIKOV ZDRAVEGA PREHRANJEVANJA (2008), KI JU JE IZDAL ZAVOD RS ZA ŠOLSTVO. Pri pripravi jedilnika smo upoštevali uredbo o zelenem naročanju in uvajamo tudi ekološka živila in živila iz integrirane pridelave.

SŠSZ – SHEMA ŠOLSKEGA SADJA IN ZELENJAVE

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, nedobavljenih surovin ali tehničnih težav, si šola pridržuje pravico do spremembe jedilnika, ki bo v takšnem primeru sproti zapisan.

Otroci imajo na razpolago vodo ali nesladkan čaj.

Pri kuhanju NE uporabljamo nobenih ojačevalcev okusa in instant juh, temveč suhe začimbe (majaron, timijan, lovor, kumina, cimet klinčki, muškadni orešček, brinove jagode...) ter občasno vegeto.

Jedilnik sestavljajo: Gabrijela Dvoršak in Marina Čupić organizator šolske prehrane, Veronika Pavalec, Zdenka Behin - kuharici

Učenci/otroci imajo pri malici in ves čas pouka/bivanja na razpolago sezonsko sadje.