


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

JEDILNIK za mesec junij 2020

	PONEDELJEK 1. 6.	TOREK 2. 6.	SREDA 3. 6.	ČETRTEK 4. 6.	PETEK 5. 6.
ZAJTRK	Mlečni riž s posipom (7), sadje	Ovseni kruh (1), piščančja prsa, sir (7), paprika , čaj	Žemlja (1), domača hrenovka**, gorčica (10), sadni čaj	Graham žemlja (1), sadni in navadni jogurt (7), sadje	Koruzni kruh (1), zeliščni/skutni namaz (7), čaj
DOPOLDANSKA MALICA VRTEC	Sadje	Sadje	Sadje	Sadje	Sadje
ŠOLSKA MALICA	Mlečni riž s posipom (7), sadje	Ovseni kruh (1), piščančja prsa, sir, paprika , čaj, sadje	Žemlja (1), domača hrenovka, gorčica (10), sadni čaj, SŠS	Graham žemlja (1), sadni in navadni jogurt (7), sadje	Koruzni kruh (1), zeliščni/skutni namaz (7), čaj, sadje
KOSILO	Pašta (1,3), pecivo (1,3,7)	Cvetačna juha, puranji file v omaki, Široki rezanci (1,3), solata	Goveja juha (1,3), Kuhana govedina, sladko zelje s krompirjem (1), sok	Goveja juha (1,3), pečene piščančje krače, mlinci (1,3), solata	Čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir (7), sadna kupa s smetano(7)
POPOLDANSKA MALICA VRTEC	Makova (1), mleko (7)	Puding s smetano (7)	Sezonsko sadje	Keksi (1,3), sok	Kruh (1), kuhan pršut

**-lokalno pridelano živilo

Dober tek!

* eko živilo

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.