**Osnovna šola Gabrovka – Dole**



**Jedilnik za 1. teden**

od 1. do 3. septembra 2021

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dan** | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Malica** |
|  |  |
|  |
| **sreda,** | **črni kruh (1)****maslo (7)****med****planinski čaj****sadje** | **ovseni kruh (1)****tunina pašteta (4)****jagode** | **goveja juha z vlivanci (1)****govedina****špinača****krompir v kosih****radič s fižolom** | **koruzna žemlja (1)****smuti** |
| **1.9.** |
| **četrtek,** | **koruzni kruh (1)****tunina pašteta (4,7)****češnjev paradižnik****sadni čaj****sadje** | **ovseni kruh (1)****hrenovka****gorčica (10)****bezgov čaj****jabolko** **šolska shema:****mleko (7)** | **brokolijeva juha****laks kare****krompir z blitvo****solata endvija**  | **ovseni kruh (1)****melona** |
| **2.9.** |
| **petek,** | **krompirjev kruh (1)****kuhano jajce (3)****otroški čaj****sadje** | **sirovka (1, 7)****bezgov čaj****jabolko** | **korenčkova juha** **pečena bedra** **mlinci (1,3)****paradižnikova solata** | **polnozrnati****piškoti (1, 3, 7)****mleko (7)** |
| **3.9.** |

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

Dietni jedilnik je prilagojen zgoraj navedenemu jedilniku. Pri pripravi dietne prehrane uporabljamo:

* pri alergiji na jajca: živila, ki ne vsebujejo jajc (lecitina)
* pri celiakiji: brezglutenska živila
* citrusi: drugo sadje
* oreščki: živila, ki ne vsebujejo oreščkov
* preobčutljivost na nikelj: živila, ki ne vsebujejo niklja
* pri alergiji na kravje mleko: riževo mleko, živila, ki ne vsebujejo mleka, izdelki brez laktoze



**Osnovna šola Gabrovka - Dole**

**Jedilnik za 2. teden**

od 6. do 10. septembra 2021

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dan** | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Malica** |
| **ponedeljek** | **polnozrnati kruh (1)****tuna (4)****rdeča paprika****sadni čaj****sadje**  | **ajdov kruh (1)****rezina sira (3, 7)****sadni čaj****slive** | **zdrobova juha­ (1)****testenine (1, 3)****tuna (4) v paradižnikovi** **omaki****endivija s krompirjem** | **koruzna žemlja (1)****grozdje**  |
| **6. 9.** |
|  | **šolska shema grozdje** |  |  |  |
| **torek** | **pletenka (1)****bela kava (1, 7)****sadje**  | **koruzni kruh (1)****suha salama****paprika****zeliščni čaj****hruška** | **svinjski ragu z zelenjavo****kuskus (1)****kumarična solata** | **ajdov kruh (1)** **rezina sira (3, 7)** |
| **7. 9.** |
| **sreda** | **črni kruh (1)****kisla smetana (7)** **med****otroški čaj****sadje** | **koruzni kosmiči (1)****mleko (7)****nektarina** | **ješprenj (1) s suhim mesom****pecivo (1, 3, 7)****jabolčni sok**  | **polnozrnata štručka (1)****jabolko** |
| **8. 9.** |
|  |  | **šolska shema: navadni jogurt (7)** |  |  |
| **četrtek** | **koruzni kruh (1)****mortadela****paprika, paradižnik****otroški čaj****sadje** | **črna žemlja (1)** **topljeni sir (3, 7)****otroški čaj****lubenica**  | **brokoli - cvetačna kremna juha (7)****pečenka****pražen krompir****zelena solata**  | **pisani kruh (1)****slive**  |
| **9. 9.** |
| **petek** | **mlečna polenta (7)****sadje** | **polnozrnati kruh (1)****medeni namaz (7)****bela kava (1, 7)****jabolko** | **bučna kremna juha (1)** **(hokaido buče)****ravioli (1, 3)****haše omaka****zeljnata solata**  | **mlečni kruh (1)****melona** |
| **10. 9.** |

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

**Učenci imajo ves čas na voljo napitek – vodo ali nesladkan čaj.**

 Dietni jedilnik je prilagojen zgoraj navedenemu jedilniku. Pri pripravi dietne prehrane uporabljamo:

* pri alergiji na jajca: živila, ki ne vsebujejo jajc (lecitina)
* pri celiakiji: brezglutenska živila
* citrusi: drugo sadje
* oreščki: živila, ki ne vsebujejo oreščkov
* preobčutljivost na nikelj: živila, ki ne vsebujejo niklja
* pri alergiji na kravje mleko: riževo mleko, živila, ki ne vsebujejo mleka/laktoze

**Osnovna šola Gabrovka – Dole**

**Jedilnik za 3. teden**

od 13. do 17. septembra 2021

.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dan** | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Malica** |
| **ponedeljek** | **ajdov kruh (1)****jajčni namaz (3, 7)****bezgov čaj****sadje** | **koruzni kruh (1)****maslo (7)****med****bezgov čaj****slive** | **korenčkova juha** **široki rezanci (1, 3) s skuto(7) in z orehi (8)****mešani kompot** | **banana****navadni tekoči jogurt (1)** |
| **13. 9.** |
|  | **šolska shema: grozdje** |  |  |  |
| **torek** | **mlečni zdrob (1) z rozinami** **sadje** | **polnozrnati kruh (1)****ribji namaz (4, 7)****otroški čaj** **breskev** | **porova kremna juha (1)****puranji zrezek v smetanovi omaki (7)****pečen krompir****solata**  | **ovseni kruh (1)****hruška** |
| **14. 9.** |
| **sreda** | **polnozrnati kruh (1)****mlečni namaz (7)****naribano korenje****otroški čaj** **sadje** | **mlečni riž (7)****lešnikov posip (8)****banana** | **kostna juha z zvezdicami (1)****piščančji paprikaš****kuskus (1)****kumarična solata** | **ajdov kruh (1)****grozdje** |
| **15. 9.** |
|  |  | **šolska shema: mleko(7)** |  |  |
| **četrtek** | **črni kruh (1)****pečen pršut****kisla kumarica****planinski čaj****sadje** | **ajdov kruh(1)****kuhano jajce (3)****sadni čaj****grozdje** | **kremna zelenjavna juha (1)****pečen file postrvi****krompirjeva solata****ananasov sok** | **koruzni kruh (1)****sadni kefir (7)** |
| **16. 9.** |
| **petek** | **mlečna prosena kaša (1, 7)****suhe slive****sadje** | **ovseni kruh (1)****piščančja prsa****paradižnik****otroški čaj** **grozdje** | **mineštra (1)****rižev narastek (3,7)****jabolčni sok** | **črna žemlja (1)****slive**  |
|  **17. 9.** |

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

**Učenci imajo ves čas na voljo napitek – vodo ali nesladkan čaj.**

Dietni jedilnik je prilagojen zgoraj navedenemu jedilniku. Pri pripravi dietne prehrane uporabljamo:

* pri alergiji na jajca: živila, ki ne vsebujejo jajc (lecitina)
* pri celiakiji: brezglutenska živila
* citrusi: drugo sadje
* oreščki: živila, ki ne vsebujejo oreščkov
* preobčutljivost na nikelj: živila, ki ne vsebujejo niklja
* pri alergiji na kravje mleko: riževo mleko, živila, ki ne vsebujejo mleka/laktoze

**Osnovna šola Gabrovka – Dole**

**Jedilnik za 4. teden**

od 20. do 24. septembra 2021

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dan** | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Malica** |
| **ponedeljek** | **koruzni kruh (1)****rezina sira (3, 7)****šipkov čaj****sadje** | **polnozrnati kruh (1)****tuna (1)****rdeča paprika****šipkov čaj** **nektarina** | **ješprenj (1)** **s suhim mesom****ajdov kruh(1)****sadna skuta (7)** | **navadni tekoči jogurt (7)****med, orehi** |
| **20. 9.** |
|  | **šolska shema: grozdje** |  |  |  |
| **torek** | **mlečni močnik (1, 7) s suhimi slivami****sadje** | **krompirjev kruh (1)****rezina sira(3, 7)****paradižnik****planinski čaj****hruška** | **zdrobova juha (1)****boranja****polenta****zeljnata solata s fižolom** | **pisani kruh (1)****jabolko**  |
| **21. 9.** |
| **sreda** | **polnozrnati kruh (1)****ribji namaz (4,7)****planinski čaj****sadje** | **sirovka (3, 7)****jabolko****voda/planinski čaj** | **zelenjavna juha****špageti (1)****v paradižnikovi omaki** **zelena solata** | **črna žemlja (1)****mleko (7)** |
| **22. 9.** |
|  |  | **šolska shema: kefir (1)** |  |  |
| **četrtek** | **ovseni kruh (1)****puranja prsa****paradižnik****sadni čaj****sadje**  | **polbeli kruh(1)****čokoladni namaz(7)****mleko** | **prežganka****pečena postrv****krompir****solata** | **ovseni kruh (1)****zeliščni namaz (7)****grozdje** |
| **23. 9.** |
| **petek** | **mlečni zdrob(1) mandljev posip (8)****banana** | **ajdov kruh (1)****kisla smetana (7)****borovničev džem****sadni čaj****jabolko** | **grahova juha** **paniran puranji zrezek (1,3)****riž****kuhan korenček, brokoli in cvetača** | **koruzna žemlja (1)** **hruška** |
| **24. 9.** |

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

**Učenci imajo ves čas na voljo napitek – vodo ali nesladkan čaj.**

Dietni jedilnik je prilagojen zgoraj navedenemu jedilniku. Pri pripravi dietne prehrane uporabljamo:

* pri alergiji na jajca: živila, ki ne vsebujejo jajc (lecitina)
* pri celiakiji: brezglutenska živila
* citrusi: drugo sadje
* oreščki: živila, ki ne vsebujejo oreščkov
* preobčutljivost na nikelj: živila, ki ne vsebujejo niklja
* pri alergiji na kravje mleko: riževo mleko, živila, ki ne vsebujejo mleka/laktoze

**Osnovna šola Gabrovka – Dole**

**Jedilnik za 5. teden**

od 27. septembra do 1. oktobra 2021

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dan** | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Malica** |
| **ponedeljek** | **črni kruh (1)****rezina sira (3, 7)****sveža paprika****sadni čaj** **sadje** | **pletenka (1)****sadni čaj****jabolko** |  **zelenjavna juha z zlatimi kroglicami (1)****lazanja (1, 3, 7)****zelena solata z naribanim jajcem (3)** | **koruzni kruh (1)****grozdje**  |
| **27. 9.** |
|  | **šolska shema: hruška** |  |  |  |
| **torek**  | **mlečni zdrob (1)****lešnikov posip (8)****sadje**  | **polnozrnati kruh (1)****topljeni sir (1, 7)****gorčica (10)****jabolčni sok** | **porova juha****mesno-zelenjavna** **rižota****paradižnikova solata s papriko** | **masleni piškoti (1)****slive** |
| **28. 9.** |
| **sreda** | **ovseni kruh (1)****medeni namaz (7)****mleko(7)****sadje** | **koruzni kruh (1)****piščančja prsa****paprika, paradižnik****otroški čaj** | **zdrobova juha(1) hrenovka****krompir v kosih****dušeno zelej** | **črna žemlja (1)****jabolko**  |
| **29. 9.** |
|  |  | **šolska shema: mleko (7)** |  |  |
| **četrtek** | **polnozrnati kruh (1)****topljeni sir (7)****paradižnik****bezgov čaj****sadje** | **ajdov kruh (1)****kuhano jajce (7)****sadni čaj****grozdje** | **cvetačna kremna juha (1)****makaronovo meso****zelena solata**  | **polnozrnati kruh (1)****banana**  |
| **30. 9.** |
| **petek** | **koruzni kosmiči (1)****mleko (7)****sadje** | **polnozrnata žemlja (1)****sadni smuti (7)****slive** | **mesno-zelenjavna enolončnica z ajdovo kašo****kokosovo pecivo (1)** | **ajdov kruh (1)****hruška** |
| **1. 10.** |

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

**Učenci imajo ves čas na voljo napitek – vodo ali nesladkan čaj.**

Dietni jedilnik je prilagojen zgoraj navedenemu jedilniku. Pri pripravi dietne prehrane uporabljamo:



* pri alergiji na jajca: živila, ki ne vsebujejo jajc (lecitina)
* pri celiakiji: brezglutenska živila
* citrusi: drugo sadje
* oreščki: živila, ki ne vsebujejo oreščkov
* preobčutljivost na nikelj: živila, ki ne vsebujejo niklja
* pri alergiji na kravje mleko: riževo mleko, živila, ki ne vsebujejo mleka/laktoze