******Osnovna šola Gabrovka – Dole**

**Jedilnik za 11. teden**

od 6. do 10. novembra 2023

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dan** | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Malica** |
| **ponedeljek** | koruzni kosmiči mlekobanana | polnozrnati kruhnamaz s šunko in paprikoplaninski čaj banana | ješprenj z govedinopolbeli kruh sadna skuta  | makovkamleko |
| **6.11.** |
|  | **Šolska shema: mleko** |  |  |  |
| **torek** | mlečna polenta banana | ovseni kruhmaslo, medbezgov čajjabolko | bučna juhalaks karepražen krompirzelena solata s koruzo  | črni kruh mandarina  |
| **7.11.** |
| **sreda** | ajdov kruhmasloborovničev džembezgov čajkaki | polnozrnata bombetkakuhano jajcebela kavakivi / kaki |  cvetačna juha paniran puranji zrezekpire krompirrdeča pesa  | mlečni kruhhruška |
| **8.11.** |
| **četrtek** | črni kruhpiščančje prsikislo zeljesadni čajjabolko | črna žemljasadni kefirbanana | segedinkrompir v kosihjabolčni zavitek | masleni piškoti pomarančni sok |
| **9.11.** |
| **petek** | pirin kruhrezina sira šipkov čaj hruška | rženi kruh tunina paštetašipkov čajmandarina | zdrobova juha pečen piščanecmlincidušeno sladko zelje  | ovseni kruhsadni kefir |
| **10.11.****MARTINOVO** |

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

**Učenci imajo ves čas na voljo napitek – vodo ali nesladkan čaj, pri kosilu tudi sadje.**

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, živila brez laktoze

**Osnovna šola Gabrovka – Dole**

**Jedilnik za 12. teden**

od 13. do 17. novembra 2023

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dan** | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Malica** |
| **ponedeljek** | pirin kruh šunkakisle kumarice sadni čajgrozdje | ovseni kruh sadni čaj jabolko | cvetačna juhatestenine s tuno v paradižnikovi omakizelena solata - endivija | mlečni rogljičekpomarančni sok  |
| **13.11.** |
|  | **Šolska shema** |  |  |  |
| **torek** | mlečna polenta pomaranča | polnozrnati kruh pečene puranje prsikislo zeljebezgov čajgrozdje | porova juhazelenjavna rulada haše omaka rdeča pesa  | rženi kruhmandarina  |
| **14.11.** |
| **sreda** | ajdov kruhtunin namaz s koruzoplaninski čajsadje | črni kruhtrdo kuhano jajceplaninski čaj kivi/kaki | korenčkova juhapiščančja rižota zelena solata, motovilec | polnozrnata bombetkarezina sirajabolko |
| **15.11.** |
| **četrtek** | koruzni kruh topljeni sirparadižnikotroški čaj sadje | mlečni zdrobmandljev posipbanana | zdrobova juhapečenicamatevžkisla repa | črna žemlja grozdje |
| **16.11.** |
| **petek** |  črni kruh maslo, medmlekojabolkoTRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK | črni kruh topljeni sirmandarina | piščančja obara z žličnikiajdovi žgancisadna skuta | koruzna žemlja hruška  |
| **17.11.** |

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

**Učenci imajo ves čas na voljo napitek – vodo ali nesladkan čaj, pri kosilu tudi sadje.**

 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, živila brez laktoze

**Osnovna šola Gabrovka – Dole**

**Jedilnik za 13. teden**

od 20. do 24. novembra 2023

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dan** | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Malica** |
| **ponedeljek** | pisani kruh (1)tunina pašteta (4)banana | rogljiček(1, 3, 7)sadni čajmandarina | boranja polenta (1)rdeča pesa | mlečni kruh (1, 7)hruška |
| **20.11.** |
|  | **Šolska shema: jabolko** |  |  |
| **torek** | črni kruh (1)topljeni sir (7)bela kava (1, 7)hruška | mlečni riž (7) s cimetombanana | prežganka (1, 3, 7)štruklji z drobtinami (1, 3, 7)mešan kompot | masleni piškoti (1, 7)mleko (7) |
| **21.11.** |
| **sreda** | ajdov kruh (1)pečen pršutkisle kumarice (10)planinski čajmandarina | koruzna žemlja (1)navadni jogurt (7)lešniki (8)jabolko | cvetačna juhapiščančji paprikaškus kus (1)zelene solata s koruzo  | ržen kruh (1)mlečni namaz (7) |
| **22.11.** |
| **četrtek** | koruzni kruh (1)umešano jajce (3)otroški čajkivi | rženi kruh (1)ribji namaz (4,7)paprikaotroški čaj | fižolova mineštra (1)krof (1,3,7)jabolčni sok |  koruzna žemlja (1)jabolko |
| **23.11.** |
| **petek** | mlečni riž (7)hruška | polbeli kruh (1)telečja hrenovkagorčica (10)planinski čaj | segedinkrompir v kosihsadje | črni kruh (1)mandarina |
| **24.11.** |

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

**Učenci imajo ves čas na voljo napitek – vodo ali nesladkan čaj, pri kosilu tudi sadje.**

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, živila brez laktoze

****

**Osnovna šola Gabrovka – Dole**

**Jedilnik za 14. teden**

od 27. novembra do 1. decembra 2023

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dan** | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Malica** |
| **ponedeljek** | pirin kruh (1)maslo (7)jagodni džemsadni čajmandarina | črni kruh (1)topljeni sir (7)sadni čaj jabolko | kremna grahova juha golažpolentardeča pesa | ovseni kruh (1) mleko (7) |
| **27.11.** |
|  | **Šolska shema: suha jabolka** |  |  |
| **torek** | črni kruh (1)tunin namaz (4, 7)planinski čajjabolko | koruzni kruh (1)medeni namaz (7)planinski čajhruška | cvetačna juhapuranji ragutestenine (1,3)zelena solata s koruzo | črni kruh (1)hruška |
| **28.11.** |
| **sreda** | rženi kruh(1)topljeni sir (7)bela kava (1,7)hruška | ovseni kruh(1)tuna(4)paprikasadni čajjabolko | ješprenj(1)pecivo (1,3,7)jabolčni sok | koruzna žemlja(1)mandarina |
| **29.11.** |
| **četrtek** | polnozrnati kruh(1)hrenovka gorčica(10)otroški čajkaki | mlečna polenta(1,7)banana | bučna juharibja rižota (4)radič s krompirjem | pirino pecivo(1)jabolko  |
| **30.11.** |
| **petek** | mlečni močnik(1)lešnikov posip(8)jabolko | krompirjev kruh (1)rezina sira(7)rdeča paprikaotroški čaj kivi, kaki | jota s suhim mesompolbeli kruh(1)sadje | črna žemlja(1)kivi |
| **1.12.** |

Kuhinja si pridržuje pravico do spremembe jedilnika.

**Učenci imajo ves čas na voljo napitek – vodo ali nesladkan čaj, pri kosilu tudi sadje.**

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, živila brez laktoze