

# JEDILNIK MAREC 2024

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK	4.3.	mlečna prosena kaša s posipom, hruška	porova juha, piščančji zrezek v zelenjavni omaki, kus kus, zelena solata	keksi
	ALERGENI	gluten-proso, pira, pšenica, mleko, soja, sezam jajca	mleko, gluten-pšenica, jajca	gluten-pšenica
TOREK	5.3.	čaj, pirin kruh, tunin namaz, paprika	jota, kruh, biskvit s sadjem	sadna skuta
	ALERGENI	gluten-pšenica, pira, riba, mleko	gluten-pšenica, jajca, mleko	mleko
SREDA	6.3.	puranja – zelenjavna obara, žemlja z otrobi, jabolko	govedina stroganov, kruhove rezine, zelena solata, sadje	sadje
	ALERGENI	gluten, mleko	gluten, mleko, gorčično seme, listna zelena, jajca	
ČETRTEK	7.3.	čaj, ovseni kruh, čičerikin namaz, banana, EU: korenček	grahova juha, makaronovo meso, zelje v solati	žemlja
	ALERGENI	gluten-oves, mleko	gluten, jajca, mleko	gluten-pšenica
PETEK	8.3.	čaj, palačinke, kivi, EU: mleko	korenčkova juha, pečen losos, špinača, pire krompir, sadje	mleko
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-pšenica, jajca, mleko	mleko, gluten-pšenica	mleko

<b>PONEDELJEK</b>	<b>11.3.</b>	čaj, graham kruh, čokoladni namaz, <b>jabolka, EU: mleko</b>	koruzna juha, piščančji ražnjiči, rizi-bizi, <b>paradižnikova solata</b>	jogurt
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, soja	gluten-pšenica, jajca, mleko	mleko
<b>TOREK</b>	<b>12.3.</b>	<b>domača sadna skuta</b> z jagodami, <b>hruška</b>	čufti, pire krompir, <b>rdeča pesa, limonada</b>	sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, pira, mleko, jajca	citrusi, gluten-pšenica, jajca, mleko	
<b>SREDA</b>	<b>13.3.</b>	čaj, rženi kruh, <b>jajčni</b> namaz, <b>paradižnik</b>	prežganka, svinjski zrezek v zelenjavni omaki, ajdova kaša, <b>zelena solata</b>	keksi
	ALERGENI	gluten-rž, soja, jajca, mleko	mleko, gluten-pšenica, jajca	gluten-pšenica
<b>ČETRTEK</b>	<b>14.3.</b>	čaj, polnozrnata štručka, piščančja prsa, <b>kumare</b>	mineštra, skutini štruklji z jagodnim prelivom, sadje	kompot
	ALERGENI	gluten-pšenica, rž, pira	gluten, jajca, mleko	
<b>PETEK</b>	<b>15.3.</b>	<b>kamut khorasan zdrob na mleku s</b> posipom, večzrnata žemlja, melona	<b>milijon juha, testenine, zel. polivka s tuno, paradižnikova solata</b>	žemlja
<i>BREZMESNI DAN</i>	ALERGENI	gluten-pšenica, kamut, mleko	gluten-pšenica, jajce, soja, mleko, riba	gluten-pšenica
<b>PONEDELJEK</b>	<b>18.3.</b>	<b>limonada</b> , rženi kruh, mesno-zelenj. namaz, <b>solata</b>	enolončnica z <b>ajdo</b> in teletino, domače kokosove rezine	keksi
	ALERGENI	citrusi, gluten-rž, soja, mleko	gluten. pšenica, ajda, mleko, jajca	gluten-pšenica
<b>TOREK</b>	<b>19.3.</b>	čaj, rženi kruh, sir, <b>paprika, EU: korenček</b>	kokošja juha, pečena piščančja prsa, kvinoja, <b>paradižnikova solata</b>	sadna skuta
	ALERGENI	gluten-rž, pšenica, mleko	gluten-pšenica, jajca, mleko	mleko
<b>SREDA</b>	<b>20.3.</b>	limonada, golaževa juha, pirin kruh, ananas	<b>lečina</b> juha, kmečki rženi njoki v sirovi omaki, smuti	sadje

	ALERGENI	gluten-pšenica, pira, jajca, mleko	gluten-pšenica, jajca, mleko	
<b>ČETRTEK</b>	<b>21.3.</b>	<b>domač sadni jogurt</b> , koruzni in ovseni kosmiči, jabolko	brokolijeva juha, mesno-zelenjavna lasanja, kitajsko zelje v solati	žemlja
	ALERGENI	gluten, mleko	gluten-pšenica, jajca, mleko	gluten-pšenica
<b>PETEK</b>	<b>22.3.</b>	čaj, jabolčni zavitek iz polnozrnatega vlečnega testa, melona, <b>EU: mleko</b>	<b>zelenjavna juha, pečen brancin, krompirjeva solata, sadje</b>	mleko
BREZMESNI DAN	ALERGENI	gluten-pšenica, pira, rž, jajca, mleko	mleko, gluten-pšenica, riba	mleko
<b>PONEDELJEK</b>	<b>25.3.</b>	čaj, koruzni kruh, sirni namaz, jagode	česnova juha, rižota s puranjim mesom, <b>rdeča pesa</b>	jogurt
	ALERGENI	gluten-pšenica, koruza, mleko	gluten-pšenica, mleko	mleko
<b>TOREK</b>	<b>26.3.</b>	smuti, makovka, suho, oreščki, <b>EU: mleko</b>	bučkina juha, pirini špageti po bolonjsko, <b>zelje</b> v solati	sadje
	ALERGENI	gluten-pšenica, mleko, jajca	mleko, gluten-pšenica, jajca	
<b>SREDA</b>	<b>27.3.</b>	<b>mlečni pirini zdrob, jabolko</b>	gobova juha, pečen piščanec, mlinci, <b>paradižnikova solata</b>	keksi
	ALERGENI	gluten-pira, pšenica, mleko	gluten-pšenica, mleko, jajca	gluten-pšenica
<b>ČETRTEK</b>	<b>28.3.</b>	čaj, umešano jajce, rženi kruh, hruške, <b>EU: korenček</b>	goveji trakci v omaki, <b>polenta, zelje</b> v solati, sadje	kompot
	ALERGENI	gluten-pšenica, rž, jajce	gluten-pšenica, mleko, gorčično seme, listna zelena	

<b>PETEK</b>	<b>29.3.</b>	<b>čaj, ovseni kruh, ribji namaz, solata</b>	<b>fižolova juha, sirovi kaneloni, ajdova kaša s korenčkom, rdeča pesa</b>	<b>žemlja</b>
<i>BREZMESNI DAN</i>	<i>ALERGENI</i>	<i>gluten-oves, pšenica, riba, mleko,</i>	<i>gluten-pšenica, jajce, soja, mleko, riba</i>	<i>gluten</i>

LEGENDA	Stročnice so hranilno izjemno bogata živila, saj poleg kompleksnih ogljikovih hidratov vsebujejo še dobršen delež beljakovin, prehranskih vlaknin, vitamine B kompleksa ter železo, baker, cink, magnezij, mangan in fosfor. V jedilniku so označene, tako, da so podčrtane.	
	EKO ALI LOKALNO PRIDELAVA ŽIVILA	Zaradi objektivnih razlogov, lahko pride do spremembe jedilnika.
	ŠOLSKA SHEMA SADJA IN ZELENJAVE	Pri zajtrku in popoldanski malici je na voljo dnevni kruh.
	OBROK Z RIBO	V solatah je prisoten žveplov sulfid, ki se nahaja v kisu.