

OŠ Marije Vere

Ljubljanska c. 16a

1241 Kamnik

T: 01 830 31 40

tajnistvo@os-marijevere.si

<http://www.os-marijevere.si>

JEDILNIK ŠOLSKE PREHRANE DECEMBER 2024

DAN	JEDILNIK
PON 2.12.	Z: grisolino, suho sadje (1;pšenica,7) M: pletenica, kakav, shema mandarina (1;pšenica, 7,8) K: cvetačna juha(7), rižota s piščančjim mesom, zelena solata z radičem PM: bio kefir, črna žemljica (1;pšenica,7)
TOR 3.12.	Z: polbeli kruh, pašteta, rezina sveže zelenjave, čaj (1;pšenica,3,7) M: bio belo pecivo z lanom, sir, shema paprika , 100% sok (1;pšenica,7) K: chili con carne (enolončnica z mletim govejim mesom, papriko, paradižnikom in fižolom), svaljki s skuto (1;pšenica,3,7), sveže zelje v solati PM: grisini, sadje (1;pšenica)
SRE 4.12.	Z: rženi kruh, vmešana jajčka, mleko, sveže sadje (1;pšenica, rž,3, 7) M: mleko, koruzni kosmiči, banana (7) K: mleta pečenka(1;pšenica,3), pire krompir(7), kremna špinača (7) PM: skutin zavitek, jabolko (1;pšenica,7)
ČET 5.12.	Z: ovseni kruh, marmelada, maslo, čaj (1;pšenica,7) M: polnozrnat kruh, mlečni namaz, čaj K: zelenjavna kremna juha z rdečo lečo(1;pšenica,7), zapečene testenine s sirom (1;pšenica,3,7), pesa v solati PM: bio muffin, alpsko mleko (1;pšenica,7)
PET 6.12.	Z: makovka, bela kava, sadje (1;pšenica,7) M: parkelj, suhi jabolčni krljji, mandarina (1;pšenica,7) K: zelenjavna enolončnica s puranjim mesom in čičeriko, BIO kruh(1;pšenica), krof(1;pšenica,3,7) PM: slanik, kivi (1;pšenica, 7)

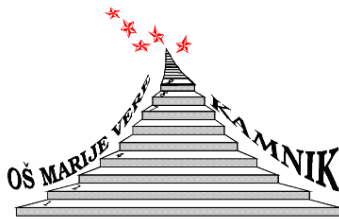
DAN	JEDILNIK
PON 9.12.	Z: mlečni riž, sadje (7) M: bio črn kruh, kislá smetana, shema: paradižnik , planinski čaj z medom K: segedin golaž z svinjski mesom, slan krompir, sadje PM: kajzerica, jogurt (1;pšenica,7)
TOR 10.12.	Z: črn koruzni kruh, kislá smetana, rezina sveže zelenjave, sadni čaj (1;pšenica,7) M: grški jogurt, kajzarica, mandarina (1;pšenica,7) K: puranji ragu z gomoljno zelenjavo (pastinak, sladki krompir, koleraba, korenje ...), domači kruhov cmok (1;pšenica,3,7), sveže zelje v solati PM: sadno zelenjavni smooti, riževi vafli
SRE 11.12.	Z: polnozrnat kruh, jajčka, čaj, sveža paprika (1;pšenica,3,7) M: slanik, jabolko, shema mleko K: piščančji file po dunajsko(1;pšenica,3,7), pire krompir(7), zelena solata z koruzo PM: rešetko masleno orehovo, pomaranča (1;pšenica, 7, 8)
ČET 12.12.	Z: kosmiči na mleku, sadje (1;pšenica,7) M: bio polnozrnat kruh, zeliščni namaz, korenček, 100% sok (1;pšenica, 7) K: goveja juha z rezanci(1;pšenica,3), mesna lazanja(1;pšenica,3,7), pesa v solati PM: makovka, alpsko mleko (1;pšenica, 7,8)
PET 13.12.	Z: ovseni kruh, maslo, med, mleko, sadje (1;pšenica,3,7) M: bio jogurt jabolko s cimetom, kraljeva štručka, hruška K: pasulj s suhim mesom, Bio pirin kruh(1;pšenica), palačinke z marelično marmelado (1;pšenica,3,7) PM: marmorni kolač, jabolko (1;pšenica,7,8)

DAN	JEDILNIK
PON 16.12.	Z: koruzni kruh, kislá smetana, rezina sveže zelenjave, sadni čaj (1;pšenica, 7) M: makova štručka, bela kava, pomaranča (1;pšenica, 6, 7) K: goveji golaž z bučo (9), EKO polenta brez glutena, kitajsko zelje v solati PM: navihanček, sadje (1;pšenica, 3,7)
TOR 17.12.	Z: pletenka, jabolčni krlji, kakav (1;pšenica,7,8) M: ovseni kruh, ribji namaz, limonada (1;pšenica,4,7) K: korenčkova juha, piščančji burger, bombeta (1;pšenica,), listi zelene solate, kečap, sok PM: crispy zeliščni kruhki, sadje (1;pšenica)
SRE 18.12.	Z: črn kruh, lešnikov mlečni namaz, čaj (1;pšenica,3,7,8) M: bio bela bombetka, piščančja salama, shema sveža paprika , planinski čaj (1;pšenica) K: polnozrnate testenine(1;pšenica,3), omaka po bolonjsko, sveže zelje v solati PM: čokoladno mleko, mlečni rogljič (1;pšenica,7)
ČET 19.12.	Z: ovsen kruh, jajčka, narezana zelenjava, čaj (1;pšenica, 3,7) M: polnozrnat kruh, marmelada, maslo, jabolko, shema mleko (1;pšenica,7) K: bučna kremna (7), ocvrti ribji file(1;pšenica, 3,4,7), pražen krompir, zelena solata PM: sirovka, mandarina (1;pšenica,7,8)
PET 20.12.	Z: koruzni kruh, sirni namaz, rezina paradižnika, zeliščni čaj (1;pšenica,7) M: bio pica, 100% sok (1;pšenica,7) K: obara s piščančjim mesom in z zelenjavo(9), Bio koruzni kruh (1;pšenica,), puding s smetano (7) PM: jogurt, grisini (1;pšenica,7)
DAN	JEDILNIK
PON 23.12.	Z: polnozrnat kruh, skuta z marmelado, mandarina, lipov čaj z medom in limono, (1-pšenica, 7) M: mlečni riž, kajzerica, mandarina (1;pšenica, 7) K: čufti v paradižnikovi omaki(3), pire krompir(7), sveže zelje v solati s fižolom PM: biomufin, kivi (1;pšenica,7)
TOR 24.12.	Z: kajzerica, rezina sira, paradižnik, kakav (1;pšenica,7,8) M: osje gnezdo, sadni smutje, presenečenje (1;pšenica, 3,7,8) K: bujta repa(1;pšenica), na kolobarje narezana kranjska klobasa, črni kruh (1;pšenica), rogljiček (1;pšenica,3,7) PM: probiotični jogurt LCA, graham pecivo (1;pšenica, 7)

Ob spremembah urnika in v primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.



Organizator prehrane: Teja Strlič Pinterič



OŠ Marije Vere

Ljubljanska c. 16a

1241 Kamnik

T: 01 830 31 40

tajnistvo@os-marijevere.si

http://www.os-marijevere.si

LEGENDA ALERGENOV

Skladno z Uredbo EU (Št. 1169/2011), se morajo v obratih javne prehrane označevati vse snovi, ki lahko povzročajo alergije ali preobčutljivosti (tako imenovani alergeni). Vsi alergeni zajeti v tej uredbi so navedeni v tabeli. Alergeni so označeni na jedilniku s številko v oklepaju.

LEGENDA ALERGENOV:

1 gluten 	2 raki 	3 jajca 	4 ribe 	5 arašidi 	6 soja 	7 mleko 
8 oreščki 	9 listna zelena 	10 gorčično seme 	11 sezamovo seme 	12 žveplav dioksid 	13 volčji bob 	14 mehkužci 