



## JEDILNIK ŠOLA – DIETA BREZ LAKTOZE

SEPTEMBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
2. 9. 2019	margarina brez laktoze, marmelada, mleko brez laktoze (soja), koruzni kruh (gluten, soja, sezam), hruška	jogurt brez laktoze (gluten), polnozrnata štručka brez laktoze (gluten, jajce, soja, sezam), eko hruška	porova juha, makaronovo meso (gluten, jajce), zelena solata, breskev, manj sladek čaj, voda	pomarančni sok, polbeli kruh (gluten, soja, sezam)
3. 9. 2019	posebna salama, sir brez laktoze, kruh iz krušne peči (gluten, soja, sezam), zelena paprika, planinski čaj	posebna salama, sir brez laktoze, kruh iz krušne peči (gluten, soja, sezam), zelena paprika, planinski čaj	korenčkova juha (gluten, jajce), pleskavica, dušen riž z bučkami, paradižnikova solata s papriko in čebulo, sliva, napitek, voda	pecivo brez laktoze (gluten, jajce, soja, sezam), jabolko
4. 9. 2019	ovseni kosmiči z mlekom brez laktoze (gluten, soja, sezam), rozine (SO <sub>2</sub> )	koruzni kosmiči z mlekom brez laktoze (gluten, soja, sezam), banana	juha, puranji zrezki v omaki (gluten, jajce), zelenjavni riž, rdeča pesa, napitek,	neslana presta (gluten, jajce, soja, sezam), ribezov sok
5. 9. 2019	ribe tune (ribe), črni kruh (gluten, soja, sezam), 100% jabolčni sok, lubenica	ribe tune (ribe), črni kruh (gluten, soja), 100% jabolčni sok, lubenica	cvetačna juha, goveji golaž (gluten), koruzna polenta brez laktoze (gluten), zelena solata, belo grozdje, voda	jogurt brez laktoze, polnozrnata štručka (gluten, soja, sezam)
6. 9. 2019	žemlja (gluten, soja, sezam), kakav z mlekom brez laktoze (oreščki), jabolko	zelenjavna pica (gluten, soja, sezam) ali salama, kruh (gluten, soja, sezam), jabolko, čaj	kostna juha z zvezdicami (gluten), dunajski piščančji file (gluten, jajce), pire krompir brez laktoze, zelenjavna priloga (brokoli), solata, 100% ribezov sok	eko hruška, kajzarca brez laktoze (gluten, jajce, soja, sezam)

V dopoldanskem času imajo učenci na razpolago vodo in ne sladek čaj. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!

**Dietni jedilnik za šolo in vrtec** (zajtrk, kosilo brez sadja in sladice, popoldanska malica).

**Živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:**

žito, ki vsebuje gluten (1), jajca (2), mleko (3), arašidi (4), soja (5), oreščki - lešniki, mandeljni, orehi (6), listnata zelena (7), gorčično seme (8), sezamovo seme (9), ribe (10), raki(11), mehkužci (12), volčji bob (13), žveplov dioksid (14).



## JEDILNIK ŠOLA – DIETA BREZ LAKTOZE

SEPTEMBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
9. 9. 2019	med, polbeli kruh (gluten, soja, mleko, sezam), planinski čaj, grozdje (hruška)	margarina brez laktoze, marmelada, polbeli kruh (gluten), planinski čaj, grozdje	kostna juha z ribano kašo (gluten, jajce, soja, sezam), široki rezanci z lososom v omaki (gluten, ribe), zelena solata, napitek	jabolko, ržena žemlja (gluten)
10. 9. 2019	ribja pašteta (ribe, gluten), pirin kruh (gluten, jajce, soja, sezam), hibiskus čaj, lubenica	ribja pašteta, ržen kruh (gluten, jajce, soja, sezam), čaj, lubenica (vsebuje alergene: gluten, ribe)	kolerabična juha, čevapčiči, pečen krompir, paradižnikova solata s čebulo, jagodni kompot	jogurt brez laktoze, jabolko, polbeli kruh (gluten)
11. 9. 2019	koruzna polenta z mlekom brez laktoze (gluten), eko hruška	hrenovka, hot dog štručka, ajvar, gorčica (gluten, gorčično seme), jabolčni sok, hruška	goveja juha z ribano kašo (gluten, jajce), svinjska pečenka, pečen krompir, zeljna solata s kumino, napitek, ajdova palačinka brez laktoze z marmelado (gluten, jajce)	grozdje, polnozrnati kruh (gluten), namaz brez laktoze
12. 9. 2019	mini hrenovka, hot dog štručka (gluten, jajce, soja, sezam), ajvar, gorčica (gorčična semena), otroški čaj	navihanček čokoladni (gluten, jajce, riževo mleko, jabolko)	brokolijeva juha, lasanja brez laktoze (gluten, jajce), zelena solata, črno grozdje	eko pecivo z orehi? brez laktoze (gluten), hruška
13. 9. 2019	navihanček (gluten, jajce, soja, sezam, oreški), mleko brez laktoze, jabolko	piščančja salama, sir brez laktoze, polnozrnati kruh (gluten), kislá kumarica, čaj	zelenjavna enolončnica (gluten, jajce), štrukelj (gluten, jajce), kompot	nektarina, pašteta, ovsen kruh (gluten)

V dopoldanskem času imajo učenci na razpolago vodo in ne sladke čaj. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!

**Dietni jedilnik za šolo in vrtec** (zajtrk, kosilo brez sadja in sladic, popoldanska malica).

**Živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:**

žito, ki vsebuje gluten (1), jajca (2), mleko (3), arašidi (4), soja (5), oreščki - lešniki, mandeljni, orehi (6), listnata zelena (7), gorčično seme (8), sezamovo seme (9), ribe (10), raki(11), mehkužci (12), volčji bob (13), žveplov dioksid (14).



## JEDILNIK ŠOLA – DIETA BREZ LAKTOZE

SEPTEMBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
16. 9. 2019	tunin namaz <b>brez laktoze</b> (ribe), rženi kruh (gluten, soja, sezam), bela kava <b>brez laktoze</b> (oreščki), eko hruška	<b>puding brez laktoze</b> , rženi kruh (gluten, soja), hruška	juha, mlada govedina v omaki (gluten), dušeno sladko zelje, <b>pire krompir z mlekom brez laktoze</b> , jabolčni zavitek (gluten), voda	<b>napitek brez laktoze</b> , beli kruh (gluten, soja)
17. 9. 2019	puranja prsa, sir <b>brez laktoze</b> , paradižnik, kumarica, <b>kruh iz krušne peči</b> (gluten, soja, sezam), šipkov čaj	<b>kuhan pršut</b> , sir <b>brez laktoze</b> , paradižnik, kumarica, polčrni kruh (gluten, soja), šipkov čaj	cvetačna juha, rižota z mesom (gluten), rdeča pesa v solati, hruška, voda	banana, polbeli kruh (gluten, soja)
18. 9. 2019	makova štručka <b>brez laktoze</b> (gluten, jajce, soja, sezam), kakav <b>brez laktoze</b> (oreščki), nektarina	makova štručka (gluten, soja), <b>sojino mleko brez laktoze</b> (gluten, soja), nektarina	prežganka (gluten, jajce), pariški zrezek (gluten, jajce), <b>dušena mešana zelenjava brez laktoze</b> , peteršiljev krompir, čaj, paradižnik v solati, <b>pecivo brez laktoze</b> (gluten, jajce, oreščki, soja), voda	100% sadni sok, polnozrnat kruh (gluten, soja, sezam)
19. 9. 2019	<b>namaz brez laktoze</b> , koruzni kruh (gluten), sadni čaj, grozdje	<b>pašteta brez laktoze</b> , koruzni kruh (gluten), sadni čaj, grozdje	goveja juha z zlatimi kroglicami (gluten, jajce), polpet, pečen krompir, zelena solata s paradižnikom, napitek, breskev	jabolčni žepek oz. <b>pecivo brez laktoze</b> (gluten), sliva
20. 9. 2019	prosena kaša <b>brez laktoze</b> s suhimi slivami (gluten, soja, sezam), <b>eko jabolko</b>	<b>jabolčni zavitek (gluten)</b> , <b>riževo mleko brez laktoze</b> , jabolko	zelenjavna juha z mesom, borovničev <b>cmok brez laktoze</b> (gluten, jajce), ananasov kompot, voda	hruška, ržen kruh (gluten)

V dopoldanskem času imajo učenci na razpolago vodo in ne sladke čaj. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!

**Dietni jedilnik za šolo in vrtec** (zajtrk, kosilo brez sadja in sladice, popoldanska malica).

**Živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:**

žito, ki vsebuje gluten (1), jajca (2), mleko (3), arašidi (4), soja (5), oreščki - lešniki, mandeljni, orehi (6), listnata zelena (7), gorčično seme (8), sezamovo seme (9), ribe (10), raki(11), mehkužci (12), volčji bob (13), žveplov dioksid (14).



## JEDILNIK ŠOLA – DIETA BREZ LAKTOZE

SEPTEMBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
23. 9. 2019	mlečni riž <b>brez laktoze</b> s kakavom (gluten, soja, oreščki), suhe marelice (sledi žveplovega dioksida)	hamburger, bombet (gluten), list solate, čaj	goveja juha z zvezdicami, <b>mesni tortelini</b> (gluten, jajce) <b>na margarini brez laktoze</b> , zelena solata s paradižnikom, napitek	štručka (gluten, soja, sezam), jabolko
24. 9. 2019	tune (ribe), ržen kruh (gluten, soja, sezam), melona, sadni čaj	prosena kaša s suhimi <b>slivami kuhana na vodi brez laktoze</b> , banana	ječprenj s korenjem in mesom, jabolčni kompot, <b>pecivo brez laktoze</b> (vsebuje alergene: gluten, jajce, orehi)	<b>kajzarca brez laktoze</b> (gluten), pomarančni sok
25. 9. 2019	žemlja (gluten, soja, sezam), margarina <b>brez laktoze</b> , kakav <b>brez laktoze</b> (oreščki), eko hruška	<b>buhtelj brez laktoze</b> (gluten, jajce), <b>riževo mleko</b> , hruška	kostna juha, goveji golaž, <b>kruhov cmok brez laktoze</b> (gluten, jajce), solata in rdeč radič, napitek	ribja pašteta (riba), črni kruh (gluten)
26. 9. 2019	sadni zavitek <b>brez laktoze</b> (gluten), bezgov čaj, grozdje ( <b>jasli-hruška</b> )	tune (ribe), ržen kruh (gluten), grozdje, sadni čaj	zelenjavna juha, pečen piščanec, dušena zelenjava, <b>pire krompir brez laktoze</b> , paradižnikova solata s papriko, čaj, sladoled <b>brez laktoze</b> (gluten, jajce)	<b>čokoladni napitek brez laktoze</b> , ovseni kruh (gluten)
27. 9. 2019	margarina <b>brez laktoze</b> , med, ovseni kruh (gluten, soja, sezam), <b>mleko brez laktoze</b> , <b>eko jabolko</b>	<b>margarina brez laktoze</b> , med, ovseni kruh (gluten), <b>sojino mleko</b> , jabolko	pašta šuta, <b>carski praženec brez laktoze</b> z rozinami (gluten, jajce), breskov kompot	hruška, <b>pecivo brez laktoze</b> (gluten)

V dopoldanskem času imajo učenci na razpolago vodo in ne sladke čaj. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!

**Dietni jedilnik za šolo in vrtec** (zajtrk, kosilo brez sadja in sladice, popoldanska malica).

**Živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:**

žito, ki vsebuje gluten (1), jajca (2), mleko (3), arašidi (4), soja (5), oreščki - lešniki, mandeljni, orehi (6), listnata zelena (7), gorčično seme (8), sezamovo seme (9), ribe (10), raki(11), mehkužci (12), volčji bob (13), žveplov dioksid (14).