



JEDILNIK ŠOLA – DIETA BREZ LAKTOZE

OKTOBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
Schema				
30. 9. 2019	mlečni riž s čokolado na riževem mleku (gluten, soja, sledi oreščkov), hruška	jogurt brez laktoze, štručka brez laktoze (gluten, soja), hruška	kostna juha z ribano kašo (gluten, soja), metuljčki s tunino omako (gluten, soja, ribe), zelje v solati, kompot, voda	vanilijev puding brez laktoze (gluten, soja), eko ržen kruh (gluten, soja)
1. 10. 2019	koruzna žemlja (gluten, soja), margarina brez laktoze, sojino mleko (soja), grozdje	med, mleko brez laktoze, domač polbeli kruh (gluten, soja, sezam), črno grozdje	cvetačna juha, eko goveji zrezki v zelenjavni omaki (gluten, soja), zdrobovi kroketi brez laktoze (gluten, soja), zelena solata, sadni čaj, melona, voda	jabolko, rogljič z marmelado (gluten, soja, jajce)
2. 10. 2019	sir brez laktoze, pusta šunka, ajdov kruh (sledi glutena, soja), planinski čaj, paradižnik	koruzni kosmiči s sojinim mlekom (gluten, soja), banana	korenjčkova juha (gluten, soja, jajce), piščančja nabodala, pečen krompir, radič v solati, ananasov kompot, voda	breskov sok, makova štručka brez laktoze, (gluten, soja)
3. 10. 2019	med, eko ovseni kruh (gluten, soja, jajce), mandljevo mleko (mandlji), jabolko	ržena žemlja (gluten, soja), prešana šunka, sir brez laktoze, hibiskus čaj, kumarica	brokolijeva juha, zrezek po dunajsko (gluten, soja, jajce), pire krompir brez laktoze (soja), rdeča pesa v solati, metin čaj	banana, ledeni čaj
4. 10. 2019	polenta z mlekom brez laktoze (gluten, soja), suhe slive (SO ₂)	maslo brez laktoze, med, ovseni kruh (gluten, soja), riževno mleko (sledijo glutena, soja), jabolko	jota s klobaso (gluten, soja), jabolčna pita brez laktoze (gluten, soja, jajce), breskov kompot	hruška, grisini (gluten, soja, sledi jajc)

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

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

OKTOBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
Shema				
7. 10. 2019	mlečni zdrob s sojinim mlekom s kakavom (soja, gluten), jabolko	mlečni zdrob s sojinim mlekom in s čokolado (gluten, jajce, soja, sezam), pisan kruh (gluten, soja), banana	goveja juha z zvezdicami (gluten, jajce), mesni tortelini brez sirove omake (gluten, jajce), zelena solata s paradižnikom, napitek	štručka brez laktoze (gluten), jabolko
8. 10. 2019	ribja pašteta (ribe), žemlja (gluten, soja), čaj, lubenica	hamburger, bombeta (gluten), list solate, sok	kostna juha z riževimi rezanci, goveji golaž, koruzna polenta (gluten, jajce), solata in rdeč radič, napitek	kajzarca brez laktoze (gluten, soja), pomarančni sok
9. 10. 2019	sir brez laktoze, puranja prsa v ovoju, polnozrnat kruh (gluten, soja), kislá kumarica, zeliščni čaj	čokoladni navihanček (gluten, jajca), riževo mleko, jabolko	paradižnikova juha, pečen lososov file (ribe), pire krompir z mlekom brez laktoze, rdeča pesa v solati, zelena solata, kompot	ribja pašteta (gluten, ribe), eko črni kruh (gluten, soja)
10. 10. 2019	namaz brez laktoze, polbeli kruh (gluten, soja), čaj, jabolko	sendvič s salamo, sir brez laktoze (gluten, soja, sezam), čaj, eko jabolko	bučkina juha, pečen piščanec, dušen riž z eko zelenjavo (gluten), paradižnikova solata s papriko, čaj, jabolko	mleko brez laktoze, ovseni kruh (gluten, soja)
11. 10. 2019	margarina brez laktoze, med, rženi kruh (gluten, soja, sezam), mleko brez laktoze (soja), jabolko	-	eko zelenjavna enolončnica (gluten, soja), palačinka z mlekom brez laktoze (gluten, soja, sezam, jajce), čežana	jogurt brez laktoze, polbeli kruh (gluten, soja)

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

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

OKTOBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
Shema				
14. 10. 2019	koruzni kosmiči s sojinim mlekom (gluten, soja), rozine	buhtelj ali drugo pecivo brez laktoze (gluten, soja), sojino mleko (soja), jabolko	kolerabična juha, makaronovo meso (gluten, soja, jajce), zelena solata in korenjeva solata, napitek	jabolčni sok, ovseni kruh (gluten, soja)
15. 10. 2019	pašteta brez laktoze, domač polbeli kruh (gluten, soja), otroški čaj, jabolko	ribe tune (ribe), domač polbeli kruh (gluten, soja), sadni čaj jabolko	korenjčkova juha (gluten, soja, jajce), pečen piščanec, rizi bizi, zelena solata, marelični kompot, voda	mandljevo mleko, polbeli kruh (gluten, soja)
16. 10. 2019	piščančja salama, sir brez laktoze, rženi kruh (gluten, soja), paprika, planinski čaj, grozdje	hrenovka, štručka brez laktoze (gluten, soja, sezam), gorčica (gorčična semena), ajvar, sadni čaj	porova juha, čufti brez laktoze v paradižnikovi omaki (gluten, soja), pire krompir brez laktoze (soja), radič v solati, breskov kompot, voda	mandarina, bombeta s sezamom (gluten, soja, sezam)
17. 10. 2019	margarina brez laktoze, marmelada, žemlja, riževo mleko (gluten), hruška	jabolčni zavitek (gluten), jogurt brez laktoze (gluten, grozdje)	grahova juha (gluten, soja), kisló zelje, ajdovi žganci (sledí glutena, soje), pečenica, nesladek sadni čaj	banana, koruzni kruh (gluten, soja)
18. 10. 2019	prosena kaša na jabolčni čežani s suhimi slivami (gluten, SO ₂), jabolko	prosena kaša na jabolčni čežani s suhimi slivami (gluten, soja, SO ₂), kajzarca brez laktoze (gluten, soja, sezam), hruška eko	prežganka z jajci (gluten, soja, jajce), svinjska pečenka, krompir v kosih, paradižnikova solata, zelena solata, voda, jagodni kompot, voda	mleko brez laktoze (gluten, soja), štručka ržena (gluten, soja)

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

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

OKTOBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
Shema				
21. 10. 2019	ovseni kosmiči z mlekom brez laktoze (gluten, soja, sezam), brusnice (SO ₂)	ovseni kosmiči z mlekom brez laktoze (gluten, soja, sezam), koruzna žemlja (gluten, soja, mleko), banana	krompirjeva juha s telečjim mesom, carski praženec z mlekom brez laktoze (gluten, jajce), jabolčni kompot	pašteta brez laktoze, kajzarca brez laktoze (gluten, soja, sezam)
22. 10. 2019	brez sira, piščančja salama, polnozrnata štručka (gluten, soja, sezam), kislá kumarica, limonada	brez sira, piščančja salama, domači polbeli hleb (gluten, soja), paradižnik, paprika, limonada	kostna juha z riževimi rezanci (sledi glutena), segedin golaž (gluten), krompir v kosih, zelena solata, voda, nesladek sadni čaj	jogurt brez laktoze, polbeli kruh (gluten, soja, sezam)
23. 10. 2019	med, margarina brez laktoze, koruzni kruh (gluten, soja), čaj, hruška eko	kakav z mlekom brez laktoze, orehov štrukelj ali drugo pecivo brez laktoze (gluten, jajce, soja), eko hruška	juha z ribano kašo (gluten, jajce), kremna špinača brez laktoze, hrenovka, pire krompir brez laktoze, breskov kompot	pomarančni 100% sok, pisan kruh (gluten, soja, sezam)
24. 10. 2019	mlečni zdrob na mleku brez laktoze s kakavom (gluten, soja), jabolko eko	pašteta brez laktoze, ržen kruh (gluten, soja), belo grozdje, 100% jabolčni sok	brokolijeva juha, junčji zrezek v omaki (gluten), krompir v kosih, rdeča pesa v solati, napitek - voda, nesladek sadni čaj	rogljiček brez laktoze, (gluten, jajce, soja, sezam), jabolko
25. 10. 2019	pašteta brez laktoze, paradižnik, kumarica, eko črni kruh (gluten, soja), šipkov čaj, jabolko	makova štručka (gluten, soja), kakav z mlekom brez laktoze (mleko), jabolko eko	eko zelenjavna enolončnica s krompirjem in puranjim mesom, jabolčna pita (gluten, jajce), kompot s suhim sadjem	banana, puding na jabolčni čežani brez laktoze (gluten)

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

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).