



JEDILNIK DIETA – DIETA VAROVALNA

DECEMBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDAN. MALICA
2. 12. 2019	eko skuta (mleko), eko ržen kruh (gluten, soja, sezam, mleko), ne sladek sadni čaj, eko hruška	mlečna prosena kaša nesladka (gluten, soja, sezam, mleko), jabolko	kostna juha čista (gluten, soja, sezam, jajce), segedin golaž, krompir v kosih, jabolko, voda	ržena štručka (gluten, soja, sezam), jabolko
3. 12. 2019	koruzna polenta z mlekom (gluten, soja, sezam, mleko), brusnice (žveplov dioksid - SO ₂)	eko maslo (mleko), polnozrnat kruh (gluten, soja, sezam), toplo mleko (mleko), eko jabolko	goveja juha čista (gluten, soja, sezam, jajce), pečenica, krompir v kosih, kisla repa, ajdova palačinka (gluten, soja, sezam, mleko, jajce), mandarina, voda	ribja pašteta (ribe), rženi kruh (gluten, soja, sezam)
4. 12. 2019	kisla smetana (mleko), črni kruh (gluten, soja, sezam), ne sladek planinski čaj z limono, kivi	polnozrnata štručka (gluten, soja, sezam), hrenovka, ajvar, gorčica (gorčična semena), nesladek šipkov čaj z limono	porova juha, polnozrnat testenine z lososom (gluten, soja, sezam, jajce, riba), rdeča pesa v solati, nesladek čaj, eko jabolko	zelena nezrela banana, mleko (mleko)
5. 12. 2019	maslo (mleko), eko ovsen kruh (gluten, soja, sezam), toplo mleko (mleko), eko jabolko	eko skutni namaz (mleko), pirin kruh (gluten, soja, sezam), ne sladek sadni čaj, jabolko	primorska mineštra (gluten, soja, sezam, jajce), polnozrnat rižev narastek z jabolki (gluten, soja, sezam, mleko, jajce), mandarina, voda	jabolko, žemljica ržena (gluten, soja, sezam)
6. 12. 2019	miklavž (gluten, soja, sezam, mleko, jajce), mleko (mleko), mandarina	miklavž (gluten, soja, sezam, mleko, jajce), mleko (mleko), mandarina	eko korenčkova juha (gluten, soja, jajce), puranji file na žaru (gluten, soja, sezam, jajce), kuhan eko krompir, zelena solata, mandarina, voda	navadni jogurt (mleko), pirin kruh (gluten, soja, sezam)

VAROVALNA DIETA – vsebuje živila in jedi z manj maščob, sladkorjev, manj aditivov (barvil, ...), več polnozrnatih žitnih izdelkov.

Dopoldne imajo učenci na razpolago vodo in nesladek čaj. Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!

Živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost: Alergeni so obarvani rjavo.

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 DIETA – DIETA VAROVALNA

DECEMBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MAL ICA	KOSILO	POPOLDAN. MALICA
9. 12. 2019	ovseni kosmiči z mlekem in brusnicami (gluten, soja, sezam, mleko, SO ₂), mandarina	ovseni kosmiči (gluten, soja, sezam, mleko, SO ₂), mleko (mleko), mandarina	kolerabična juha (gluten, soja, sezam), pečen piščanec, dušena zelenjava, krompir v kosih, rdeč radič v solati, voda, jabolko	polnozrnata štručka (gluten, soja, sezam, mleko), kivi
10. 12. 2019	piščančja salama, sir (mleko), ržen kruh (gluten, soja, sezam), kislja repa, ne sladek hibiskus čaj	sirni namaz (gluten, soja, mleko), domač polbeli kruh (gluten, soja, sezam, mleko), mleko (mleko),eko jabolko topaz	goveja juha (gluten, soja, sezam, jajce), pleskavica, polnozrnat džurvedž riž (gluten, soja, sezam), endivija v solati, nesladka limonada	koruzni kruh (gluten, soja, sezam), pomaranča
11. 12. 2019	sirni namaz (mleko), eko črni kruh (gluten, soja, sezam), mleko (mleko), eko hruška	koruzni kosmiči z mlekem (gluten, soja, sezam, mleko), jabolko	kostna juha čista (gluten, soja, sezam, jajce), polnozrnat špageti z mesom in sirom (gluten, soja, sezam, jajce, mleko), zelena solata, mandarina, nesladek čaj	ržena žemljica (gluten, soja, sezam, mleko), eko jabolko
12. 12. 2019	umešan eko jajček (jajce), pirin kruh (gluten, soja, sezam), ne sladek bezgov čaj, koleraba	suha salama, sir (mleko), pirin kruh (gluten, soja, sezam), kislja repa, ne sladek hibiskus čaj	zeljna juha, eko goveji zrezek v omaki z eko zelenjavo (gluten, soja, sezam), kuhan krompir v kosih, endivija v solati, ne sladek šipkov čaj, jabolko	pirin kruh (gluten, soja, sezam, mleko), navadni jogurt (mleko)
13. 12. 2019	ovseni kosmiči z mlekem in lešniki (gluten, soja, sezam, mleko, SO ₂)	polnozrnata žemlja (gluten, soja, sezam, mleko), navadni jogurt (mleko), jabolko	ješprenj z mesom (gluten, soja), sirov zavitek (gluten, soja, sezam, jajce, mleko), ali mandarina, nesladek čaj, voda	mandarina, polnozrnat grisini (gluten, soja, sezam, mleko)

VAROVALNA DIATA – vsebuje živila in jedi z manj maščob, sladkorjev, manj aditivov (barvil, ...), več polnozrnatih žitnih izdelkov.

Dopoldne imajo učenci na razpolago vodo in nesladek čaj. Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!

Živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost: Alergeni so obarvani rjavo.

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 DIETA – DIETA VAROVALNA

DECEMBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDAN. MALICA
16. 12. 2019	topljeni sir (mleko), eko ržen kruh (gluten, soja, sezam), korenje, mleko (mleko, soja)	polnozrnati mlečni riž ne sladek (gluten, soja, sezam, mleko, oreški, arašidi), jabolko	korenjeva juha (gluten, jajce), dušeno junčje meso v zelenjavni omaki, polnozrnati ali rženi svajlji (gluten, soja, sezam, jajce), rdeča pesa, nesladek čaj , pomaranča	polnozrnata štručka (gluten, soja, sezam, mleko), mandarina
17. 12. 2019	mlečni polnozrnat riž ne sladek (gluten, soja, sezam, mleko, oreški, arašidi), jabolko	polnozrnata žemlja (gluten, soja, sezam, mleko), piščančja salama, sir (mleko), ne sladek bezgov čaj , mandarina	kostna juha čista (gluten, soja, sezam,), polnozrnati carski praženec (gluten, soja, sezam, jajce, mleko), nesladek čaj , voda , jabolko	jabolko , navadni jogurt (mleko)
18. 12. 2019	ribe (ribe), pirin kruh (gluten, soja, sezam), ne sladek šipkov čaj z limono , mandarina	ribe tune (ribe), pirin kruh (gluten pire, soja, sezam), kislo zelje , ne sladek planinski čaj z limono	brokolijeva juha (gluten), pečenka, dušena eko zelenjava , eko krompir v kosih, mandarina	piščančja pašteta (gluten), pirin kruh (gluten, soja, sezam)
19. 12. 2019	koruzna polenta z mlekom (gluten, soja, sezam, mleko), eko hruška	jetrna pašteta (gluten), eko polčrni kruh (gluten pšenice, soja, sezam), korenje , ne sladek sadni čaj	porova juha, polnozrnate testenine z govejim mesom (gluten, soja, sezam, jajce), zelena solata , jabolko , voda , ne sladek čaj	eko ržen kruh (gluten, soja, sezam), mleko (mleko)
20. 12. 2019	ovseni kosmiči z mlekom (gluten, soja, sezam, mleko, oreški, arašidi), jabolko	mlečna prosena kaša s suhimi slivami (gluten, soja, sezam, mleko, SO ₂), mandarina	zelenjavna enolončnica s piščančjim mesom (gluten, soja, sezam, jajce), ajdova palačinka z dietno marmelado (gluten, soja, sezam, mleko), mandarina, voda	eko ovseno pecivo (gluten, soja, sezam), pomaranča

VAROVALNA DIATA – vsebuje živila in jedi z manj maščob, sladkorjev, manj aditivov (barvil, ...), več polnozrnatih žitnih izdelkov.

Dopoldne imajo učenci na razpolago vodo in nesladek čaj. Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!

Živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost: Alergeni so obarvani rjavo.

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 DIETA – DIETA VAROVALNA

DECEMBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDAN. MALICA
23. 12. 2019	ovseni kosmiči (gluten, soja, sezam), mleko (mleko), jabolko	ajdov kruh z orehi (gluten, soja, sezam, orehi), eko kefir (mleko), jabolko	korenjeva juha (gluten, soja, sezam, jajce), telečja pečenka, (pečen krompir ali) krompir v kosih, mehka solata, nesladek čaj, voda	pašteta, pirin kruh (gluten pšenice, soja, sezam), mandarina
24. 12. 2019	sirni namaz (mleko), eko črni kruh (gluten, soja, sezam), otroški čaj, eko jabolko	orehova potica (gluten, soja, sezam, mleko, jajce, orehi, arašidi), mleko (mleko), eko jabolko	cvetačna juha, makaronovo meso – polnozrnatih testenine (gluten, jajce, soja, sezam), zelena solata, nesladkan sadni čaj, voda	pomaranča, grobo zrnato pecivo (gluten pšenice, soja, sezam)
25. 12. 2019	Praznik	Praznik	Praznik	Praznik
26. 12. 2019	Praznik	Praznik	Praznik	Praznik
27. 12. 2019	mlečna prosena kaša ne sladka s suhimi slivami (gluten, soja, sezam, mleko, SO ₂), mandarina		obara s puranjim mesom (gluten, soja, sezam, jajce), ajdova palačinka z marmelado brez sladkorja (gluten, soja, sezam, jajce, mleko), nesladek čaj, voda	žemljica ajdova (gluten, soja, sezam), jabolko

VAROVALNA DIETA – vsebuje živila in jedi z manj maščob, sladkorjev, manj aditivov (barvil, ...), več polnozrnatih žitnih izdelkov.

Dopoldne imajo učenci na razpolago vodo in nesladek čaj. Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!

Živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost: Alergeni so obarvani rjavo.

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 DIETA – DIETA VAROVALNA

DECEMBER 2019

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDAN. MALICA
30. 12. 2019	puranja prsa, pirin kruh (gluten, soja, sezam), čaj, korenje	-	fižolova juha (gluten, soja, sezam, jajce), ješprenova rižota s telečjim mesom (gluten, soja, sezam), zelena solata z jajčkom (jajce), nesladek čaj, voda	sirni namaz (mleko), pirin kruh (gluten pire, soja, sezam), jabolko
31. 12. 2019	ovseni kosmiči z mlekom (gluten, soja, mleko, sezam), jabolko	-	krompirjeva juha s piščančjim mesom, ajdova palačinka (gluten, mleko, jajce), jabolko, voda	topljeni sir (mleko), polnozrnata štručka (gluten, soja, mleko, sezam)

VAROVALNA DIATA – vsebuje živila in jedi z manj maščob, sladkorjev, manj aditivov (barvil, ...), več polnozrnatih žitnih izdelkov.

Dopoldne imajo učenci na razpolago vodo in nesladek čaj. Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!

Živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost: Alergeni so obarvani rjavo.

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).