



## JEDILNIK - DIETA BREZ LAKTOZE

JUNIJ 2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDAN. MALICA
<b>Šolska shema</b>		<b>jagode</b>		
<b>1. 6. 2020</b>	čokolešnik z <b>mlekom brez laktoze</b> (gluten, soja, arašidi, oreščki, sezam), marelica	kakav <b>brez laktoze</b> (oreščki), <b>namaz brez laktoze</b> , ovsena žemlja (gluten, soja, <b>brez laktoze sezam</b> )	kostna juha z rezanci ( <b>gluten, jajce, soja</b> ), svinjska pečenka, dušen riž z zelenjavo, kumarice v solati, 100 % sok, marelice	jabolčni žepok ( <b>gluten, soja, sezam, jajce</b> ), nektarina
<b>2. 6. 2020</b>	pečen umešan jajček (jajce), pirin kruh ( <b>gluten, soja, sezam</b> ), šipkov čaj, sveže kumare, jagode	<b>šunka</b> , ržen kruh <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), solatni list, (bezgov čaj) 100 % jabolčni sok	brokolijeva juha, čufti v paradižnikovi omaki ( <b>gluten, jajce, soja</b> ), pire krompir <b>brez laktoze</b> , zelena solata, <b>sladoled brez laktoze</b> (oreščki, gluten)	<b>jogurt brez laktoze</b> , kajzerca <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam)
<b>3. 6. 2020</b>	koruzni polenta ( <b>gluten, mleko brez laktoze</b> , rozine (žveplov dioksid)	<b>brez laktoze</b> jogurt, koruzni kruh (gluten, soja, sezam), banana	špinačna juha <b>brez laktoze</b> , piščančji zrezek po dunajsko ( <b>gluten, jajce</b> ), pečen krompir, zelje v solati, 100 % ribezov sok, breskev	kruhov rogljič <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, jajce, sezam), jabolčni sok
<b>4. 6. 2020</b>	<b>puranja šunka</b> , pirin kruh (gluten, soja, sezam, volčji bob), kisl paprika, planinski čaj	piščančja pašteta, polbeli kruh (gluten, soja, sezam), šipkov čaj, sveže kumare in paradižnik,	zelenjavna juha z mesom, široki rezanci <b>z jabolki in orehi brez laktoze</b> (gluten, jajce, soja, orehi), breskov kompot, jagode	<b>puding brez laktoze</b> (gluten), ajdov kruh (gluten, soja, sezam)
<b>5. 6. 2020</b>	mlečni riž <b>brez laktoze</b> (soja, gluten), brusnice	orehov štrukelj <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, jajce, orehi, sezam), <b>mleko brez laktoze</b> , jagode	bučna juha, rižota s puranjim mesom (gluten, soja), <b>zelena solata</b> , 100 % sok, voda, sladoled <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, jajce, arašidi, sezam)	žemljica <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), pomarančni sok

Dietni jedilnik. Podroben popis alergenov in alergenov v sledeh je napisan v jedilniku za vrtec in šolo.

Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Obroki lahko vsebujejo živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost (iz priloge EU 1169/2011), zapisana so v oklepaju:

1. žita - gluten, 2. raki, 3. jajca, 4. ribe, 5. arašidi, 6. zrnje soje, 7. mleko, 8. oreščki, 9. listna zelena, 10. gorčično seme, 11. sezamovo seme, 12. žveplov dioksid – SO<sub>2</sub>, 13. volčji bob, 14. mehkužci. **Alergeni so obarvani rjavo.**

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



## JEDILNIK - DIETA BREZ LAKTOZE

JUNIJ 2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDAN. MALICA
8. 6. 2020	namaz <b>brez laktoze</b> , polbeli kruh (gluten, soja, sezam), <b>mleko brez laktoze</b> , suha marelica (žveplov dioksid)	jogurt <b>brez laktoze</b> , štručka <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam, volčji bob), banana	zelenjavno mesna enolončnica (gluten, jajce), štruklji <b>brez laktoze</b> (gluten, jajce, soja), 100% borovničev sok, lubenica	ovsen kruh (gluten, soja, sezam), jabolčni sok
9. 6. 2020	<b>pecivo brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam, jajce) <b>mleko brez laktoze</b> , ananas	<b>pecivo brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam, jajce), hibiskusov čaj, ananas	goveja juha z ribano kašo (gluten, jajce, soja), zrezek po pariško (gluten, jajce, soja), korenčkov pire krompir <b>brez laktoze</b> , solata, planinski čaj, <b>jabolko</b>	<b>ledeni čaj</b> , makovka <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam)
10. 6. 2020	mlečna prosena kaša s suhimi slivami z <b>mlekom brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam, žveplov dioksid), jabolko	hrenovka (gluten), štručka <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), gorčica (gorčična semena), ajvar, bezgov čaj	cvetačna juha, <b>mesni tortelini z oljčnim oljem brez laktoze</b> (gluten, jajce, soja), zelena in paradižnikova solata, voda, jagode	breskov sok, ajdov kruh (gluten, soja), marmelada
11. 6. 2020	hrenovka, štručka <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), gorčica (gorčična semena), ajvar, bezgov čaj	francoski rogljič <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), ribezov sok, češnje	kostna juha z vlivanci (gluten, jajce, soja), goveji golaž, polenta <b>brez laktoze</b> (gluten, soja), zelena solata, 100% jabolčni sok, voda	žemljica <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), <b>ribja pašteta</b> (ribe), ledeni čaj
12. 6. 2020	čokoladni namaz <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), polnozrnat kruh (gluten, soja, sezam, volčji bob), <b>mleko brez laktoze</b> , jabolko	<b>koruzni kosmiči z mlekom brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), polnozrnat kruh (gluten, soja, sezam), <b>mleko brez laktoze</b> , jagode	zelenjavna juha (gluten, soja), pečen losos (ribe), pire krompir <b>brez laktoze</b> , rdeča pesa v solati, sadni napitek, <b>torta brez laktoze</b> (jajce, gluten, soja)	pomarančni sok, polnozrnat kruh (gluten, soja, sezam), <b>med</b>

Dietni jedilnik. Podroben popis alergenov in alergenov v sledeh je napisan v jedilniku za vrtec in šolo.

Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Obroki lahko vsebujejo živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost (iz priloge EU 1169/2011), zapisana so v oklepaju:

1. žita - gluten, 2. raki, 3. jajca, 4. ribe, 5. arašidi, 6. zrnje soje, 7. mleko, 8. oreščki, 9. listna zelena, 10. gorčično seme, 11. sezamovo seme, 12. žveplov dioksid – SO<sub>2</sub>, 13. volčji bob, 14. mehkužci. **Alergeni so obarvani rjavo.**

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



## JEDILNIK - DIETA BREZ LAKTOZE

JUNIJ 2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDAN. MALICA
<b>Šolska shema</b>		<b>Jagode</b>		
<b>15. 6. 2020</b>	mlečni riž <b>brez laktoze</b> s čokolado (gluten, soja, sezam, oreščki, arašidi), marelica	maslo <b>brez laktoze</b> (?), med, polbeli kruh (gluten, soja, sezam), mleko <b>brez laktoze</b> (soja, gluten)	kostna juha z zakuho (gluten, jajce, soja), špageti z bolonjsko omako (gluten, jajce, soja), zelena solata, bezgov čaj, češnje	pletena štručka <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), jabolko
<b>16. 6. 2020</b>	ribe tune (ribe), polčni kruh (gluten, soja, sezam), bezgov čaj, korenje, jabolko	ribe tune (ribe), polčni kruh (gluten, soja, sezam), bezgov čaj, češnje	korenjčkova juha (gluten, jajce), pleskavica, džuveč riž (sledi glutena, soje), srbska solata, zeljna solata s fižolom (sledi soje), voda, nektarina	banana, ledeni čaj
<b>17. 6. 2020</b>	med, polbeli kruh (gluten, soja, mleko, sezam), mleko <b>brez laktoze</b> (soja, gluten), jagode	<b>puding brez laktoze</b> (soja, gluten), <b>jabolčni burek</b> (gluten, soja, sezam), marelica	kolerabična juha, <b>slivov cmok s sladkorjem</b> (gluten, jajce, soja), manj sladek sadni čaj, voda, <b>sadje</b>	polžek <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), <b>napitek brez laktoze</b>
<b>18. 6. 2020</b>	sir <b>brez laktoze</b> (soja, gluten), posebna salama, sveža koleraba, rženi kruh (gluten, soja, sezam), planinski čaj	sir <b>brez laktoze</b> (soja, oreščki), posebna salama, korenje, rženi kruh (gluten, soja, sezam), 100% jabolčni	goveja juha z zvezdicami (gluten, jajce, soja), pečen piščanec, pire krompir <b>brez laktoze</b> , bučke v prilogi, rdeča pesa, jabolčni sok, pecivo <b>brez laktoze</b> (gluten, jajce,soja)	ovsen kruh (gluten, soja, sezam), jogurt <b>brez laktoze</b>
<b>19. 6. 2020</b>	koruzni kosmiči z mlekom <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), nektarina	<b>breskov sok</b> , kajzarica <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), nektarina, <b>sladoled brez laktoze</b>	brokolijeva kremna juha (gluten), kaneloni <b>brez laktoze</b> (gluten, jajce, soja), slan krompir, zelena solata, 100% naravni sok razredčen	štručka <b>brez laktoze</b> (gluten, soja, sezam), jabolčni sok

Dietni jedilnik. Podroben popis alergenov in alergenov v sledeh je napisan v jedilniku za vrtec in šolo.

Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Obroki lahko vsebujejo živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost (iz priloge EU 1169/2011), zapisana so v oklepaju:

1. žita - gluten, 2. raki, 3. jajca, 4. ribe, 5. arašidi, 6. zrnje soje, 7. mleko, 8. oreščki, 9. listna zelena, 10. gorčično seme, 11. sezamovo seme, 12. žveplov dioksid – SO<sub>2</sub>, 13. volčji bob, 14. mehkužci. **Alergeni so obarvani rjavo.**

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



## JEDILNIK - DIETA BREZ LAKTOZE

JUNIJ 2020

DATUM	ZAJTRK		KOSILO	POPOLDAN. MALICA
22. 6. 2020	koruzna polenta (gluten, soja, sezam), mleko brez laktoze (soja, gluten), nektarine	jabolčni zavitek brez laktoze (gluten, soja, sezam, jajce), mleko (mleko), marelica	juha (gluten, jajca) puranji zrezek v zelenjavni omaki (gluten), pire krompir brez laktoze (mleko), zelena solata, čaj, voda	jabolčni sok, eko ajdovo pecivo (gluten, soja, sezam)
23. 6. 2020	maslo brez laktoze (gluten, soja), sir brez laktoze (soja, gluten), pirin kruh (gluten, soja, sezam), paradižnik, bezgov čaj, jabolko	jogurt brez laktoze, makova štručka (gluten, soja, sezam, volčji bob), jagode - šolska shema	korenjeva juha (gluten, jajce), krompirjevi kroketi brez laktoze (gluten, jajce, soja) piščančji ragu z zelenjavo, zelena solata, voda, nesladek čaj, lubenica	ledeni čaj, grisini (gluten, soja, sezam)
24. 6. 2020	čokolešnik z mlekom brez laktoze (gluten, soja, oreščki sezam), marelica	zavitek brez laktoze (gluten, soja, sezam, jajce), 100 % jabolčni sok	bučna juha (gluten, jajce), makaronovo meso (gluten, jajce, soja) paradižnikova solata, nesladek čaj, voda, sadje	pomarančni sok, eko ržen kruh (gluten)
25. 6. 2020 Praznik	-		-	-
26. 6. 2020	namaz brez laktoze, ržen kruh (gluten, soja, sezam), hibiskusov čaj, jagode		grahova juha (gluten), telečja rižota (v sledeh gluten, soja), rdeča pesa v solati, nesladek čaj	polnozrnata štručka brez laktoze (gluten, soja, sezam), jabolko

Dietni jedilnik. Podroben popis alergenov in alergenov v sledeh je napisan v jedilniku za vrtec in šolo.

Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Obroki lahko vsebujejo živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost (iz priloge EU 1169/2011), zapisana so v oklepaju:

1. žita - gluten, 2. raki, 3. jajca, 4. ribe, 5. arašidi, 6. zrnje soje, 7. mleko, 8. oreščki, 9. listna zelena, 10. gorčično seme, 11. sezamovo seme, 12. žveplov dioksid – SO<sub>2</sub>, 13. volčji bob, 14. mehkužci. Alergeni so obarvani rjavo.

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