



## JEDILNIK ŠOLA – DIETA BREZ LAKTOZE

OKTOBER 2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
Schema				
28. 9. 2020	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)
29. 9. 2020	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)
30. 9. 2020	sir brez laktoze, pusta šunka, ajdov kruh (sledijo gluten, 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)
1. 10. 2020	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, voda	banana, ledeni čaj
2. 10. 2020	polenta z mlekom brez laktoze (gluten, soja), suhe slive (SO <sub>2</sub> )	maslo brez laktoze, med, ovseni kruh (gluten, soja), rižev mleko (sledijo gluten, soja), jabolko	jota s klobaso (gluten, soja), jabolčna pita brez laktoze (gluten, soja, jajce), breskov kompot, voda	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 2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
5. 10. 2020	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, voda	štručka brez laktoze (gluten), jabolko
6. 10. 2020	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, voda	kajzarca brez laktoze (gluten, soja), pomarančni sok
7. 10. 2020	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, voda	ribja pašteta (gluten, ribe), eko črni kruh (gluten, soja)
8. 10. 2020	namaz brez laktoze, polbeli kruh (gluten, soja), čaj, jabolko	žemlja ali kruh brez laktoze, suha salama, sir brez laktoze (gluten, soja, sezam), čaj, eko jabolko	bučkina juha, pečen piščanec, dušen riž z eko zelenjavo (gluten), paradižnikova solata s papriko, voda, čaj, jabolko	mleko brez laktoze, ovseni kruh (gluten, soja)
9. 10. 2020	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, voda	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 2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
12. 10. 2020	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, voda	jabolčni sok, ovseni kruh (gluten, soja)
13. 10. 2020	pašteta brez laktoze, domač polbeli kruh (gluten, soja), otroški čaj, jabolko	ribe tune (ribe), domač polbeli kruh (gluten, soja), sadni čaj jabolko	korenjčkova juha, dušen riž, puran z eko zelenjavo (gluten), zelena solata, nesladek čaj, voda marelični kompot	mandljevo mleko, polbeli kruh (gluten, soja)
14. 10. 2020	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)
15. 10. 2020	margarina brez laktoze, marmelada, žemlja, riževo mleko (gluten), hruška	jabolčni zavitek (gluten), jogurt brez laktoze (gluten, grozdje)	grahova juha (gluten, soja), kisl zelje, ajdovi žganci (sledí glutena, soje), pečenica, nesladek sadni čaj	banana, koruzni kruh (gluten, soja)
16. 10. 2020	prosena kaša na jabolčni čežani s suhimi slivami (gluten, SO <sub>2</sub> ), jabolko	prosena kaša na jabolčni čežani s suhimi slivami (gluten, soja, SO <sub>2</sub> ), 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. Pridrujemo 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), riže (10), raki (11), mehkužci (12), volčji bob (13), žveplov dioksid (14).



## JEDILNIK ŠOLA – DIETA BREZ LAKTOZE

OKTOBER 2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
19. 10. 2020	ovseni kosmiči z mlekom brez laktoze (gluten, soja, sezam), brusnice (SO <sub>2</sub> )	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, voda	pašteta brez laktoze, kajzarca brez laktoze (gluten, soja, sezam)
20. 10. 2020	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)
21. 10. 2020	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)
22. 10. 2020	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, voda, nesladek sadni čaj	rogliček brez laktoze, (gluten, jajce, soja, sezam), jabolko
23. 10. 2020	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, voda	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).