



ŠOLA

Kaj bomo jedli ta teden?

21. – 25. 10.	malica	kosilo
<i>Ponedeljek</i>	sirova štručka (pšenični gluten, mlečne beljakovine, laktoza) čaj sadje	bučna juha (pšenični gluten) goveji zrezki v omaki (pšenični gluten) kus kus (pšenični gluten) zeljna solata
<i>torek</i>	šunka mešana sveža zelenjava pisan kruh (pšenični gluten) čaj	koleraba s suhim mesom domače pecivo (pšenični gluten, jajca, mlečne beljakovine, laktoza)
<i>sreda</i>	koruzni kosmiči mleko lokalne kmetije Mlakar (mlečne beljakovine, laktoza) sadna rezina (gluten, soja, mlečne beljakovine, laktoza, žveplov dioksid) SŠS: kivi	segedin golaž krompir v kosih (mlečne beljakovine, laktoza) sadna solata
<i>četrtak</i> <i>bio dan</i>	bio kefir (mlečne beljakovine, laktoza) eko bombeta ajdova z orehi (pšenični gluten, orehi) eko hruška	juha iz eko ohrovta (pšenični gluten, jajca) mesna musaka z eko zelenjavo in eko mletim mesom (mlečne beljakovine, laktoza, jajca) bio zelena solata
<i>petek</i>	sirni krožnik (mlečne beljakovine, laktoza) vložena paprika ovsen kruh (ovsen in pšenični gluten) čaj	porova juha (pšenični gluten) panirane ribje kocke (pšenični gluten, jajca, ribe) pire krompir (mlečne beljakovine, laktoza) rdeča pesa

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

Dober tek



Kaj bomo jedli ta teden?

21. - 25. 10.	<i>zajtrk</i>	<i>kosilo</i>	<i>pop. malica</i>
<i>Ponedeljek</i>	sirova štručka (pšenični gluten, mlečne beljakovine, laktoza) čaj	bučna juha (pšenični gluten) goveji zrezki v omaki (pšenični gluten) kus kus (pšenični gluten) zeljna solata	korenček košček kruha
<i>torek</i>	šunka mešana sveža zelenjava pisan kruh (pšenični gluten) čaj	koleraba s suhim mesom pečena jabolka s smetano in medom (mlečne beljakovine, laktoza)	navadni jogurt s sadjem
<i>sreda</i>	koruzni kosmiči mleko lokalne kmetije Mlakar (mlečne beljakovine, laktoza) košček kruha (pšenični gluten)	segedin golaž krompir v kosih (mlečne beljakovine, laktoza) sadna solata	sadna rezina (gluten, soja, mlečne beljakovine, laktoza, žveplov dioksid)
<i>četrtek bio dan</i>	bio kefir (mlečne beljakovine, laktoza) eko bombeta ajdova z orehi (pšenični gluten, orehi)	juha iz eko ohrovta (pšenični gluten, jajca) mesna musaka z eko zelenjavo in eko mletim mesom (mlečne beljakovine, laktoza, jajca) bio zelena solata	jagode lokalnega izvora
<i>petek</i>	sirni krožnik (mlečne beljakovine, laktoza) vložena paprika ovsen kruh (ovsen in pšenični gluten) čaj	porova juha (pšenični gluten) panirane ribje kocke (pšenični gluten, jajca, ribe) pire krompir (mlečne beljakovine, laktoza) rdeča pesa	mešano sadje

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

Dober tek



Kaj bomo jedli ta teden?

21. - 25. 10.	<i>zajtrk</i>	<i>kosilo</i>	<i>pop. malica</i>
<i>Ponedeljek</i>	sirova štručka (pšenični gluten, mlečne beljakovine, laktoza) čaj	bučna juha (pšenični gluten) goveji zrezki v omaki (pšenični gluten) kus kus (pšenični gluten) zeljna solata	korenček košček kruha
<i>torek</i>	mlečni pirin zdrob (pirin gluten, mlečne beljakovine, laktoza)	koleraba s suhim mesom jabolčna čežana smetano (mlečne beljakovine, laktoza)	banana
<i>sreda</i>	koruzni kosmiči mleko lokalne kmetije Mlakar (mlečne beljakovine, laktoza) košček kruha (pšenični gluten)	segedin golaž krompir v kosih (mlečne beljakovine, laktoza) puding (mlečne beljakovine, laktoza)	baby keksi (pšenični gluten, jajca) čaj
<i>četrtak bio dan</i>	bio kefir (mlečne beljakovine, laktoza) polbel kruh (pšenični gluten)	juha iz eko ohrovta (pšenični gluten, jajca) mesna musaka z eko zelenjavo in eko mletim mesom (mlečne beljakovine, laktoza, jajca) bio zelena solata	jagode lokalnega izvora
<i>petek</i>	mlečna prosena kaša (mlečne beljakovine, laktoza)	porova juha (pšenični gluten) panirane ribje kocke (pšenični gluten, jajca, ribe) pire krompir (mlečne beljakovine, laktoza) rdeča pesa	mešano sadje

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

Dober tek



Kaj bom jedel ta teden?

21. - 25. 10.	<i>zajtrk</i>	<i>kosilo</i>	<i>pop. malica</i>
<i>Ponedeljek</i>	sirova štručka (pšenični gluten, mlečne beljakovine, laktoza) čaj	bučna juha (pšenični gluten) goveji zrezki v omaki (pšenični gluten) kus kus (pšenični gluten) zeljna solata	korenček košček kruha
<i>torek</i>	šunka mešana sveža zelenjava pisan kruh (pšenični gluten) čaj	koleraba s suhim mesom pečena jabolka s smetano in medom (mlečne beljakovine, laktoza)	navadni jogurt s sadjem
<i>sreda</i>	koruzni kosmiči mleko lokalne kmetije Mlakar (mlečne beljakovine, laktoza) košček kruha (pšenični gluten)	segedin golaž krompir v kosih (mlečne beljakovine, laktoza) sadna solata	dietna sadna rezina
<i>četrtak</i>	bio kefir (mlečne beljakovine, laktoza) eko bombeta ajdova z orehi (pšenični gluten, orehi)	juha iz eko ohrovtu (pšenični gluten,) mesna musaka z eko zelenjavo in eko mletim mesom brez dodanih jajc (mlečne beljakovine, laktoza) bio zelena solata	jagode lokalnega izvora
<i>petek</i>	sirni krožnik (mlečne beljakovine, laktoza) vložena paprika ovsen kruh (ovsen in pšenični gluten) čaj	porova juha (pšenični gluten) pečen file osliča (ribe) pire krompir (mlečne beljakovine, laktoza) rdeča pesa	mešano sadje

Alergija na jajčni beljak.

Dober tek



Kaj bom jedla ta teden?

21. - 25. 10.	<i>zajtrk</i>	<i>kosilo</i>	<i>pop. malica</i>
<i>Ponedeljek</i>	domač kruh (pšenični gluten) med čaj	bučna juha (pšenični gluten) goveji zrezki v omaki (pšenični gluten) kus kus (pšenični gluten) zeljna solata	korenček košček kruha
<i>torek</i>	šunka mešana sveža zelenjava domač kruh (pšenični gluten) čaj	koleraba s suhim mesom pečena jabolka s kokosovo smetano in medom	sojin jogurt
<i>sreda</i>	koruzni kosmiči riževo mleko košček domačega kruha (pšenični gluten)	segedin golaž krompir v kosih sadna solata	dietna sadna rezina
<i>četrtak</i>	ribji namaz domač kruh (pšenični gluten)	juha iz eko ohrovta (pšenični gluten,) mesna musaka z eko zelenjavo in eko mletim mesom brez dodanih jajc in mlečnih beljakovin bio zelena solata	jagode lokalnega izvora
<i>petek</i>	bio marmelada domač kruh (pšenični gluten) čaj	porova juha (pšenični gluten) pečen file osliča (ribe) pire krompir rdeča pesa	mešano sadje

Alergija na jajca in kravje mleko.

Dober tek



Kaj bom jedel ta teden?

21. - 25. 10.	<i>malica</i>	<i>kosilo</i>
<i>Ponedeljek</i>	štručka brez glutena (volčji bob) sirček za mazanje (mlečne beljakovine, laktoza) čaj sadje	bučna juha z zakuho brez glutena goveji zrezki v omaki riž zeljna solata
<i>torek</i>	šunka mešana sveža zelenjava kruh brez glutena (volčji bob) čaj	koleraba s suhim mesom pečena jabolka s smetano in medom
<i>sreda</i>	dietni koruzni kosmiči mleko lokalne kmetije Mlakar (mlečne beljakovine, laktoza) dietna sadna rezina SŠS: kivi	segedin golaž krompir v kosih (mlečne beljakovine, laktoza) sadna solata
<i>četrtak</i>	bio kefir (mlečne beljakovine, laktoza) kruh brez glutena (volčji bob) eko hruška	juha iz eko ohrovta mesna musaka z eko zelenjavo in eko mletim mesom (mlečne beljakovine, laktoza, jajca) bio zelena solata
<i>petek</i>	sirni krožnik (mlečne beljakovine, laktoza) vložena paprika kruh brez glutena (volčji bob) čaj	porova juha pečen file osliča (ribe) pire krompir (mlečne beljakovine, laktoza) rdeča pesa

Gluten.

Dober tek

Greta,
Vika, Zana



Kaj bova jedli ta teden?

21. - 25. 10.	<i>malica</i>
<i>Ponedeljek</i>	štručka (pšenični gluten) sir brez laktoze (mlečne beljakovine) čaj sadje
<i>torek</i>	šunka mešana sveža zelenjava pisan kruh (pšenični gluten) čaj
<i>sreda</i>	koruzni kosmiči mleko brez laktoze (mlečne beljakovine) dietna sadna rezina SŠS: kivi
<i>četrtak</i>	jogurt brez laktoze (mlečne beljakovine,) eko bombeta ajdova z orehi (pšenični gluten, orehi) eko hruška
<i>petek</i>	sirni krožnik brez laktoze vložena paprika ovsen kruh (ovsen in pšenični gluten) čaj

Laktozna intoleranca

Dober tek



Kaj bom jedla ta teden?

21. - 25. 10.	<i>malica</i>	<i>kosilo</i>
<i>Ponedeljek</i>	sirova štručka (pšenični gluten, mlečne beljakovine, laktoza) čaj sadje	bučna juha (pšenični gluten) goveji zrezki v omaki (pšenični gluten) kus kus (pšenični gluten) zeljna solata
<i>torek</i>	šunka mešana sveža zelenjava pisan kruh (pšenični gluten) čaj	koleraba s suhim mesom domače pecivo (pšenični gluten, jajca, mlečne beljakovine, laktoza)
<i>sreda</i>	koruzni kosmiči mleko lokalne kmetije Mlakar (mlečne beljakovine, laktoza) sadna rezina (gluten, soja, mlečne beljakovine, laktoza, žveplov dioksid) SŠS: kivi	segedin golaž krompir v kosih (mlečne beljakovine, laktoza) sadna solata
<i>četrtak</i>	bio kefir (mlečne beljakovine, laktoza) eko bombeta ajdova z orehi (pšenični gluten, orehi) eko hruška	juha iz eko ohrovta (pšenični gluten, jajca) mesna musaka z eko zelenjavo in eko mletim mesom (mlečne beljakovine, laktoza, jajca) bio zelena solata
<i>petek</i>	sirni krožnik (mlečne beljakovine, laktoza) vložena paprika ovsen kruh (ovsen in pšenični gluten) čaj	porova juha (pšenični gluten) paniran sir (pšenični gluten, jajca, mlečne beljakovine, laktoza) pire krompir (mlečne beljakovine, laktoza) rdeča pesa

Alergija na ribe.

Dober tek



Kaj bom jedel ta teden? Matevž

21. - 25. 10.	<i>malica</i>
<i>Ponedeljek</i>	marmelada domač kruh (pšenični gluten) čaj sadje
<i>torek</i>	suha salama mešana sveža zelenjava domač kruh (pšenični gluten) čaj
<i>sreda</i>	koruzni kosmiči riževo mleko dietna sadna rezina ŠŠŠ: kivi
<i>cetrtek</i>	carski praženec brez jajc čaj sadje
<i>petek</i>	med dietna margarina domač kruh (pšenični gluten) čaj

Alergija na mleko in jajca