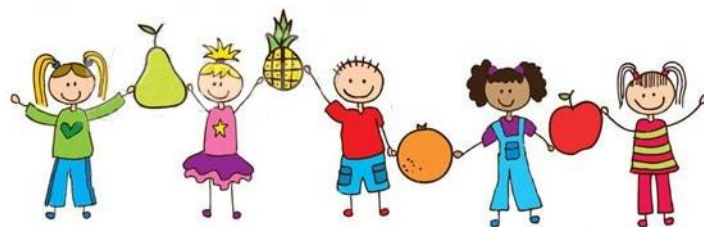




OSNOVNA ŠOLA MUTA
ŠOLSKA ULICA 6
TEL: 02 88 79 520



E-pošta: group1.ossghmu@guest.arnes.si

JEDILNIK ZA MESEC MAREC 2023 - ŠOLA

	DATUM	MALICA	KOSILO
SREDA	1. 3.	Sadni čaj borovnica, ovsena žemlja, šunka v ovoju, list zelene solate Alergeni: gluten (pšenica, oves) Dodatno iz Šolske sheme EU: Jabolko	Piščančja obara z zelenjavo in ajdovimi žličniki, marmorni kolač Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene, gorčično seme, oreščki
ČETRTEK	2. 3.	Pirin zdrob na mleku, kakav za posip, banana Alergeni: gluten (pšenica, pira), oreščki, laktoza	Prežganka, sv. ribica v naravni omaki, pisane testenine, zeljna solata s krompirjem Alergeni: gluten (pšenica), jajca, list zelene
PETEK BREZMESNI DAN	3. 3.	Planinski čaj z medom, polnozrnat kruh, rezina sira, sveža zelena paprika, kivi Alergeni: gluten (pšenica), laktoza	Fižolova juha s korenčkom, kruhov narastek, voda z limono in pomarančo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene
PONEDELJEK	6. 3.	Sadni čaj divja češnja z limono, graham kruh, jetrna pašteta, tris paprik (rdeča, rumena, zelena), jabolko Alergeni: gluten (pšenica), laktoza Dodatno iz Šolske sheme EU: Mleko	Segedin, krompir v kosu, jogurt iz lokalne pridelave Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
TOREK	7. 3.	Mleko, orehov rogliček, hruška Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, oreščki	Kremna porova juha, puranji zvitki v omaki, mlinci, zelena solata s korenčkom Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, list zelene, gorčica
SREDA	8. 3.	Sadni čaj breskev, polbeli kruh brez aditivov in z manj soli, domač zelenjavni namaz, sveža rdeča paprika Alergeni: gluten (pšenica), laktoza Dodatno iz Šolske sheme EU: JABOLKO	Polnozrnat špageti z mesno*-zelenjavno omako, zelena solata* s fižolom in porom, 100 % jabolčni sok Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, gorčično seme
ČETRTEK	9. 3.	Šipkov čaj z limono, pica, paprika, mandarina Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, gorčično seme	Piščančji paprikaš, kus kus, zeljna* solata z lečo, kefir Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, list zelene

PETEK BREZMESNI DAN	10. 3.	Koruzni žganci*, mleko iz lokalne pridelave, banana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza	Prežganka, morski list po tržaško, rizi bizi, jogurtov preliv z zelišči, kitajsko zelje z jajčkom Alergeni: gluten (pšenica), riba, laktoza, jajca
PONEDELJEK	13. 3.	Bela kava, kruh hribovec s semeni sončnic, lešnikov namaz, mandarina Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, oreščki Dodatno iz Šolske sheme EU: Navadni jogurt	Bučkina juha, pečene perutničke, mešanica treh žit z grahom, zelena solata s koruzo Alergeni: laktoza, gluten (pšenica), gorčično seme
TOREK	14. 3.	Mleko, mešani kosmiči*, hruška Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, oreščki	Makaronovo meso z zelenjavo, zelena solata z lečo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene
SREDA	15. 3.	Sadni čaj breskev, ržena žemlja, suha salama, list zelene solate Alergeni: gluten (pšenica, rž) Dodatno iz Šolske sheme EU: JABOLKO	Puranji zrezek v lovski omaki, kruhova rulada, mešana solata (zelena, radič, fižol) Alergeni: laktoza, gluten (pšenica), jajca, list zelene
ČETRTEK	16. 3.	Planinski čaj z limono, ajdov kruh, tunina pašteta, paprika, ananas Alergeni: gluten (pšenica), laktoza	Telečja obara* z zelenjavo in ajdovimi žličniki, domač vanilijev puding Alergeni: laktoza, gluten(pšenica), jajca, list zelene, oreščki
PETEK BREZMESNI DAN	17. 3.	Kakav, rogljiček iz polnovredne moke, banana Alergeni: gluten (pšenica, pira), laktoza	Ribja rulada, pretlačen krompir z oljčnim oljem, zelenjavna omaka, zelena solata z ajdovo kašo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, ribe
PONEDELJEK	20. 3.	Navadni jogurt, sadna polivka (jagode), koruzna žemlja, jabolko* Alergeni: gluten (pšenica), laktoza Dodatno iz Šolske sheme EU: Mleko	Kostna juha z zvezdicami, popečen puranji file s paradižnikom in mocarelo, kus kus, zeljna solata z lečo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, list zelene, jajca
TOREK	21. 3.	Metin čaj, ovseni kruh, sirni namaz s tuno, zelena paprika, hruška Alergeni: gluten (pšenica, oves), laktoza, ribe	Ričet z mesom, prleška gibanica, domača limonada Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
SREDA	22. 3.	Sadni čaj divja češnja, štručka hot dog, hrenovka, kečap/paradižnik Alergeni: gluten (pšenica), gorčično s. Dodatno iz Šolske sheme EU: JABOLKO	Popečene kocke piščanca s kitajskim zeljem, široki rezanci s špinačo, zelena solata s kumarico in čebulo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene
ČETRTEK	23. 3.	Bela kava, rženi kruh, maslo, džem borovnica, mandarina Alergeni: gluten (pšenica, rž), laktoza	Koromačeva juha, štefani pečenka v naravni omaki, rizi bizi, zelena solata s koruzo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, list zelene, jajca

PETEK BREZMESNI DAN	24. 3.	Planinski čaj z limono, polnozrnat hlebček, rezini sira, rdeča paprika, ananas Alergeni: gluten (pšenica), laktoza	Krompirjev* golaž z zelenjavo*, orehova potica, domača oranžada Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene
PONEDELJEK	27. 3.	Planinski čaj, polnozrnat hlebček, kuhan pršut, list zelene solate, klementina Alergeni: gluten (pšenica, rž) Dodatno iz Šolske sheme EU: Mleko	Kokošja juha z rezanci, dušena mešanica treh žit z zelenjavo, popečene piščančje krače/file, zelena solata s kumarico in čebulo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, list zelene, jajca
TOREK	28. 3.	Kakav, mlečna pletena štručka, banana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, oreščki, jajca	Pečena sv. ribica, pražen krompir, kuhana zelenjava (korenje, grah), zeljna solata s krompirjem, 100 % jabolčni sok Alergeni: gluten (pšenica), list zelene, jajca
SREDA	29. 3.	Planinski čaj, polnozrnat kruh, ribji namaz, paprika Alergeni: gluten (pšenica, rž), ribe Dodatno iz Šolske sheme EU: JABOLKO	Goveji zrezek* v naravni omaki, testenine – peresniki*, zelena solata z mocarelo, ananas Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene
ČETRTEK	30. 3.	Grški jogurt, ovseni kruh, kivi Alergeni: gluten (pšenica, oves), laktoza	Brokolijeva juha, ocvrt puranji file, dušen riž z zelenjavo, radič in endivija v solati s krompirjem Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
PETEK BREZMESNI DAN	31. 3.	Mleko, čokolino, banana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, oreščki	Zeljna juha, riba repak v koruznem ovoju, cvetačni pire, zelena solata s koruzo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza

V jedeh, kjer je posamezno živilo označeno z zvezdico(), je uporabljeno ekološko živilo. Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano.

Opomba: Otroci imajo na voljo zadostne količine pijač (malo sladkan čaj ter zdravstveno ustrezno pitno vodo). Brezmesni dan v tednu je petek.

Kuhinja si pridržuje pravico do zamenjave jedilnika.

Pripravili: Ivanka Matičko, Natalija Pavalec.

Ravnateljica
Anita Ambrož, prof.