



OSNOVNA
ŠOLA MUTA
ŠOLSKA ULICA
6
TEL: 02 88 79
520
E-pošta:
group1.ossgmu@guest.arnes.si



JEDILNIK ZA MESEC OKTOBER 2024 – ŠOLA

		MALICA OŠ	KOSILO
TOREK	1. 10.	Sadni čaj borovnica, sojin kruh, pizza šunka, zelena paprika, hruška Alergeni: laktoza, gluten (pšenica, soja), ribe, list zelene	Juha iz kolerabice, pirini njoki, puranje kocke v smetanovi omaki, kitajsko zelje s fižolom Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
SREDA	2. 10.	Bezgov čaj z medom, mlečni namaz z zelišči, rženi kruh, paradižnik Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, gorčično seme Dodatno iz Šolske sheme EU: Jabolko	Ocvrt piščančji zrezek, pražen krompir, zelena solata s fižolom Alergeni: list zelene, gluten (pšenica), laktoza, jajca
ČETRTEK	3. 10.	Bela kava, mlečno-rozinova štručka, grozdje, Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, oreščki	Koromačeva juha, rižota s svinjino in zelenjavo, solata endivija Alergeni: gluten (pšenica), jajca, laktoza, list zelene
PETEK BREZMESNI DAN	4. 10.	Mleko iz lokalne pridelave, mešani kosmiči, banana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza,	Ribja rolada v zelenjavni omaki, kus kus, paradižnikova solata Alergeni: gluten (pšenica), gorčično seme, ribe, laktoza, jajca

PONEDELJEK	7. 10.	Bezgov čaj z limono, polnozrnat kruh, mesni namaz z lečo, zelena paprika, jabolko Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca Dodatno iz Šolske sheme EU:	Pečena sv. ribica, mlinci, endivija s krompirjem Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
TOREK	8. 10.	Navadni jogurt lokalne pridelave s sadno polivko (jagode), ovsena žemlja, banana Alergeni: laktoza (pšenica, oves), gluten	Čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, zelena solata, 100% jabolčni sok Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
SREDA	9. 10.	Planinski čaj z medom, sojin kruh, rezina sira, paradižnik Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, soja Dodatno iz Šolske sheme EU: Hruška	Ričet s prekajenim mesom in zelenjavo, jogurtovo pecivo s sadjem Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
ČETRTEK	10. 10.	Sadni čaj borovnica, štručka hot dog, hrenovka, paprika, kečap, grozdje Alergeni: gluten (pšenica), g. seme	Puranji file v ciganski omaki, kus kus, kitajsko zelje z mozzarelo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
PETEK BREZMESNI DAN	11. 10.	Mleko, orehov rogljiček, pomaranča Alergeni: laktoza, gluten (pšenica), jajca, oreščki	Bistra zelenjavna juha z ribano kašo, pisane testenine s tunino omako, zelena solata s čičeriko Alergeni: gluten (pšenica), ribe, laktoza

PONEDELJEK	14. 10.	Bela kava, ržen kruh, maslo, med, kaki Alergeni: gluten (pšenica, rž), laktoza Dodatno iz Šolske sheme EU: Navadni jogurt	Goveji zrezek z zelenjavo v naravni omaki, široki rezanci z dodatkom špinacije, rdeča pesa Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
TOREK	15. 10.	Lipov čaj, kruh s chia semeni, tunin namaz, paradižnik, grozdje Alergeni: gluten, laktoza, ribe	Segedin, krompir v kosu*, skutina rezina z rozinami Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, ž. dioksid
SREDA	16. 10.	Planinski čaj, polnozrnat hlebček, puranje prsi v ovoju, list zelene solate* Alergeni: gluten (pšenica) Dodatno iz Šolske sheme EU:	Kokošja juha z zvezdicami, mešanica treh žit z bučkami, pečena piščančja stegna brez kosti in kože, zelena solata s koruzo Alergeni: gluten (pšenica), list zelene, jajca
ČETRTEK	17. 10.	Pirin zdrob na mleku* (lokalna pridelava), kakav za posip, banana Alergeni: gluten (pšenica, pira), laktoza, oreščki	Dušena govedina* s paradižnikom in timijanom v omaki, kruhova rulada z ajdovo kašo, zelena solata* s špinaco Alergeni: gluten (pšenica), list zelene, jajca, laktoza
PETEK BREZMESNI DAN	18. 10.	Sadni čaj, mešani kruh, mlečni namaz, rdeča paprika, hruška Alergeni: gluten (pšenica), laktoza	Ohrovtova enolončnica s sezonsko zelenjavo* in čičeriko, slivovi cmoki, jabolčni* kompot Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene

PONEDELJEK	21. 10.	Bela kava, rogljiček iz pirine moke, jabolko Alergeni: laktoza, gluten (pšenica, pira) Dodatno iz Šolske sheme EU:	Korenčkova juha z zdrobom, pečena sv. ribica z zelenjavno omako, kus kus, radič s krompirjem Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
TOREK	22. 10.	Sadni čaj, ovseni kruh, jetrna pašeta, paradižnik, mandarina Alergeni: gluten (pšenica), laktoza	Goveji golaž s polento, zelena solata z mozzarelo, 100% jabolčni sok Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, list zelene
SREDA	23. 10.	Planinski čaj z limono, sirova štručka, paprika, jabolko Alergeni: laktoza, gluten (pšenica) Dodatno iz Šolske sheme EU: Jabolko	Cvetačna juha, pečen piščanec narezan na kocke s papriko, pire krompir, zelena solata s čičeriko Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
ČETRTEK	24. 10.	Pšenični zdrob na mleku, kakav za posip, banana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, oreščki	Dušen puranji file z zelenjavo, testenine – metuljčki (polnozrnati), zeljna solata s fižolom Alergeni: gluten (pšenica, pira), laktoza, jajca, list zelene
PETEK BREZMESNI DAN	25. 10.	Grški jogurt, polnozrnata žemlja, hruška Alergeni: gluten (pšenica), laktoza	Riba repak v koruznem ovoju, rizi bizi, zelena solata s svežo špinačo Alergeni: gluten (pšenica), jajca, ribe

PONEDELJEK	28. 10.	POČITNICE	Brokolijeva juha, makaronovo meso (svinjina) z zelenjavo, endivija s krompirjem Alergeni: gluten (pšenica, pira), laktoza, list zelene
TOREK	29. 10.	POČITNICE	Piščančja obara z zelenjavo, buhtelj z marmelado, voda z dodatkom limone Alergeni: gluten (pšenica, pira), jajca, laktoza
SREDA	30. 10.	POČITNICE	Dušeno zelje z govedino, krompir v kosih, sladoled Alergeni: gluten (pšenica, rž), laktoza
ČETRTEK	31. 10.	PRAZNIK	/

***V jedeh, kjer je posamezno živilo označeno z zvezdico(*), je uporabljeno ekološko živilo. Označevanje ekoloških živil na jedilniku je prehrano.**

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

Kuhinja si pridržuje pravico do zamenjave jedilnika. Pripravila: Barbara Kogelnik, Ivanka Matičko

EVO.ŠI.: 6002 - 1/2024/10
Ravnateljica: Anita AMBROŽ, prof.

