

Jedilnik

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

23.5. do 27.5.2022

PONEDELJEK

TOREK

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA PAŠTETA (L,J,S)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
SADJE

MALICA DOPOLDANSKA

UMEŠANA JAJČKA (J)
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ (L)
KAKAVOV POSIP
POLBELI KRUH (Gpš,S), SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZDROBOVIMI
ŽLIČNIKI (GPŠ,J,Z)
MESNO-ZELENJAVNA RIŽOTA
ZELJNATA SOLATA

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
MLETA PEČENKA (Gpš,J,L)
PIRE KROMPIR (L),
ŠPINAČA (Gpš,L)

KOSILO

GOBOVA JUHA (Gpš,S,L)
TESTENINE (Gpš,J)
TUNINA (Gpš,R1) ALI SIROVA
OMAKA (Gpš,L)
SOLATA

ČETRTEK

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA (Gpš,L)
STOLETNI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

MALICA DOPOLDANSKA

KEFIR S SADJEM (L)
POLNOZRNATA KAJZARICA
(Gpš,S)

KOSILO

PREŽGANKA Z JAJCEM (Gpš,J)
GOLAŽ (Gpš), POLENTA (Gpš)
SOLATA

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,Z,J)
SIROVI ALI SOJINI
POLPETI(Gpš,J,L,S,SS,O)
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO₂), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislja smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO₂** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentri

Jedilnik

Dieta BREZ MLEKA

23.5. do 27.5.2022

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama (SO2)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZDROBOVIMI
ŽLIČNIKI (GPŠ,J,Z)
MESNO-ZELENJAVNA RIŽOTA
ZELJNATA SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

UMEŠANA JAJČKA (J)
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
Piščanec na žaru
PIRE KROMPIR s kokosovim
mlekom,
ŠPINAČA brez zabele, blanširana

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ na kokosovem mleku
KAKAVOV POSIP
POLBELI KRUH (Gpš,S), SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
TESTENINE (Gpš,J)
TUNINA omaka (Gpš,R1)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA (Gpš,L)
STOLETNI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
GOLAŽ (Gpš),
POLENTA
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

marmelada
POLNOZRNATA KAJZARICA
(Gpš,S,SS)

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,Z,J)
Piščančji polpet /čevapčiči
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; EKO jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislja smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnat piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentрати

Jedilnik

Dieta BREZ JAJC

23.5. do 27.5.2022

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama (SO2)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z zakuho brez
alergenov
MESNO-ZELENJAVNA RIŽOTA
ZELJNATA SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Sir (L)
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z zakuho brez
alergenov
Piščanec na žaru
PIRE KROMPIR (L),
ŠPINAČA (Gpš,L)

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ (L)
KAKAVOV POSIP
POLBELI KRUH (Gpš,S), SADJE

KOSILO

Goveja juha z zakuho brez alergenov
TESTENINE brez jajc
TUNINA (Gpš,R1) ALI SIROVA
OMAKA (Gpš,L)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
STOLETNI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

KOSILO

GOVEJA JUHA Z zakuho brez
alergenov
GOLAŽ (Gpš), POLENTA (Gpš)
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

KEFIR S SADJEM (L)
POLNOZRNATA KAJZARICA
(Gpš,S)

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA Z zakuho
brez alergenov
Piščančji polpet ali čevapčiči
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; EKO jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste kruha (G) in pekovski izdelki (G), namazi (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), mleko (L) in mlečni izdelki (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), sezonsko sadje, sveža zelenjava, od napitkov: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, G - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) GS - Gorčično seme in njegovi proizvodi J – Jajca in njihovi proizvodi, L - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, M – Mehkužci in njihovi proizvodi, O – Oreški in njihovi proizvodi, R1 – Ribe in njihovi proizvodi, R2 – Raki in njihovi proizvodi, S – Soja in njeni proizvodi, SO2 - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, SS - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, V - Volčji bob in proizvodi iz njega, Z - listna zelena ; juha, koncentrati

DOBER TEK!

Jedilnik

Dieta BREZ JAJC, MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

23.5. do 27.5.2022

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama (SO2)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z zakuho brez
alergenov
MESNO-ZELENJAVNA RIŽOTA
ZELJNATA SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Humus namaz
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z zakuho brez
alergenov
Piščanec na žaru
PIRE KROMPIR s kokosovim
mlekom
ŠPINAČA blanširana

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ s kokosovim mlekom
KAKAVOV POSIP
POLBELI KRUH (Gpš,S), SADJE

KOSILO

Goveja juha z zakuho brez alergenov
TESTENINE brez jajc
TUNINA omaka (Gpš,R1)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
STOLETNI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

KOSILO

GOVEJA JUHA Z zakuho brez
alergenov
GOLAŽ (Gpš), POLENTA (Gpš)
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

marmelada
POLNOZRNATA KAJZARICA
(Gpš,S)

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA Z zakuho
brez alergenov
Piščančji polpet ali čevapčiči
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; EKO jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste kruha (G) in pekovski izdelki (G), namazi (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, simi namaz (L)), mleko (L) in mlečni izdelki (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnatí piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), sezonsko sadje, sveža zelenjava, od napitkov: čaj, mleko (L), kakov (O,L,S), sok 100%

DOBER TEK!

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, G - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) GS - Gorčično seme in njegovi proizvodi J – Jajca in njihovi proizvodi, L - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, M – Mehkužci in njihovi proizvodi, O – Oreški in njihovi proizvodi, R1 – Ribe in njihovi proizvodi, R2 – Raki in njihovi proizvodi, S – Soja in njeni proizvodi, SO2 – Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, SS - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, V - Volčji bob in proizvodi iz njega, Z - listna zelena ; juha, koncentri

Jedilnik

Dieta BREZ GLUTENA, JAJC, MLEKA

23.5. do 27.5.2022

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama
BREZGLUTENSKI KRUH
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z zakuho brez
alergenov
MESNO-ZELENJAVNA RIŽOTA
ZELJNATA SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Humus namaz
BREZGLUTENSKI KRUH
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z zakuho brez
alergenov
Piščanec na žaru
PIRE KROMPIR s kokosovim
mlekom
ŠPINAČA blanširana

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ s kokosovim mlekom
KAKAVOV POSIP
BREZGLUTENSKI KRUH, SADJE

KOSILO

Goveja juha z zakuho brez alergenov
TESTENINE brez Gpš,J
TUNINA omaka brez moke (R1)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
BREZGLUTENSKI KRUH
SVEŽA PAPRIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

KOSILO

GOVEJA JUHA Z zakuho brez
alergenov
GOLAŽ brez moke, POLENTA
brez Gpš
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

marmelada
BREZGLUTENSKI KRUH
sadje

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA Z zakuho
brez alergenov
Piščančji polpet ali čevapčiči
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentri

Jedilnik

Dieta Z MANJ HOLESTEROLA

23.5. do 27.5.2022

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA PAŠTETA (L,J,S)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
MESNO-ZELENJAVNA RIŽOTA
ZELJNATA SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Sir (L)
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
Piščanec na žaru
Krompir v kosih
ŠPINAČA blanširana

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ (L)
KAKAVOV POSIP
POLBELI KRUH (Gpš,S), SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
TESTENINE brez jajc
TUNINA omaka (Gpš,R1)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
STOLETNI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPRIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

KOSILO

PREŽGANKA Z JAJCEM (Gpš,J)
GOLAŽ (Gpš), POLENTA (Gpš)
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

KEFIR S SADJEM (L)
POLNOZRNATA KAJZARICA
(Gpš,S)

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,Z,J)
SOJINI POLPETI
(Gpš,J,L,S,SS,O)
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; EKO jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ríbe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentradi

Jedilnik

Dieta brez konzervansov, oreščkov in arašidov

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

23.5. do 27.5.2022

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZDROBOVIMI
ŽLIČNIKI (GPŠ,J,Z)
MESNO-ZELENJAVNA RIŽOTA
ZELJNATA SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

UMESANA JAJČKA (J)
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
Piščanec na žaru
PIRE KROMPIR (L),
ŠPINAČA (Gpš,L)

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ (L)
KAKAVOV POSIP
POLBELI KRUH (Gpš,S), SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
TESTENINE (Gpš,J)
SIROVA OMAKA (Gpš,L)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA (Gpš,L)
STOLETNI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPRIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

KOSILO

PREŽGANKA Z JAJCEM (Gpš,J)
GOLAŽ (Gpš), POLENTA (Gpš)
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

KEFIR S SADIJEM (L)
POLNOZRNATA KAJZARICA
(Gpš,S)

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,Z,J)
Piščančji polpet ali čevapčiči
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO₂), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje, sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO₂** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentri

Jedilnik

Dieta z manj BELJAKOVINAMI

23.5. do 27.5.2022

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA PAŠTETA (L,J,S)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe (Z)
MESNO-ZELENJAVNA RIŽOTA
ZELJNATA SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

UMEŠANA JAJČKA (J)
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe (Z)
Piščančji polpet
Krompir v kosih,
ŠPINAČA blanširana

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ (L)
KAKAVOV POSIP
POLBELI KRUH (Gpš,S), SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe (Z)
TESTENINE brez jajc
SIROVA OMAKA (Gpš,L)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA (Gpš,L)
STOLETNI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPIRIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe (Z)
GOLAŽ (Gpš), POLENTA (Gpš)
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

KEFIR S SADJEM (L)
POLNOZRNATA KAJZARICA
(Gpš,S)

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez zakuhe
Mesni polpeti ali čevapčiči
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; EKO jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO₂), pašteta (S,L), med, simi namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislja smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnat piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO₂** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentrati

Jedilnik

Dieta **BREZ LAKTOZE**

23.5. do 27.5.2022

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZDROBOVIMI
ŽLIČNIKI (GPŠ,J,Z)
MESNO-ZELENJAVNA RIŽOTA
ZELJNATA SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

UMEŠANA JAJČKA (J)
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
Piščanec na žaru
PIRE KROMPIR s kokosovim
mlekom
ŠPINAČA blanširana

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ na kokosovem
mleku
KAKAVOV POSIP
POLBELI KRUH (Gpš,S), SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
TESTENINE (Gpš,J)
TUNINA omaka (Gpš,R1)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
STOLETNI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
GOLAŽ (Gpš), POLENTA (Gpš)
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

marmelada
POLNOZRNATA KAJZARICA
(Gpš,S)
sadje

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez zakuhe
(Gpš,Z)
Piščančji polpet ali čevapčiči
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislja smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentri

Jedilnik

Dieta s sladkorno boleznijo

23.5. do 27.5.2022

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama ali pršut
Pirin kruh (Gpš,S)
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
Neoluščen RIŽ z mesno omako
brez moke
ZELJNATA SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

UMEŠANA JAJČKA (J)
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽI KORENČEK
/ šseu: ČEŠNJE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
Piščanec na žaru
Krompir v kosih
ŠPINAČA blanširana

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Pirin rogljič
Nesladkan čaj
SADJE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
polnozrnate TESTENINE (Gpš,J)
TUNINA omaka (Gpš,R1)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA (Gpš,L)
STOLETNI KRUH (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPIKA, SOK
/ŠSEU: jagode

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
GOLAŽ brez moke
Pirin kruh (Gpš, S)
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

KEFIR S SADJEM (L)
POLNOZRNATA KAJZARICA
(Gpš,S)

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,Z,J)
Piščančji polpet
SVEŽE KUMARE S
KROMPIRJEM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; EKO jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, simi namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislja smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje, sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentri