

Jedilnik

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

13.6.-17.6.2022

PONEDELJEK

TOREK

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MARMELADA (SO2), MASLO (L)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
DOMAČI SOK, LUBENICA

MALICA DOPOLDANSKA

ŠTRUČKA S ŠUNKO IN SIROM
(Gpš,S,L)
SVEŽI PARADIŽNIK
DOMAČI SOK

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI ZDROB (Gpš,L)
KAKAVOV POSIP
JAGODE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
NARAVNI ZREZEK V SMETANOVI
OMAKI (Gpš,L), DUŠEN RIŽ
SOLATA

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
KROMPIRJEVA MUSAKA
(Gpš,J,L)
SOLATA

KOSILO

KORENČKOVA JUHA (G,J,Z)
PURANJI RAGU Z
ZELENJAVO (Gpš,Z),
TESTENINE (Gpš,J)
SOLATA

ČETRTEK

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SOK, SADJE

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČI JOGURT (L)
Z BANANO IN MEDOM
KAJZARICA (Gpš,S)

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
NARASTEK IZ PROSENE KAŠE
Z MALINAMI (Gpš,J,L)
JABOLČNI KOMPOT



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, koncentri

Jedilnik

13.6.-17.6.2022

Dieta BREZ MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MARMELADA (SO2)
KORUZNI KRUIH (Gpš,S)
DOMAČI SOK, LUBENICA

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
NARAVNI ZREZEK V OMAKI
Brez smetane(Gpš),
DUŠEN RIŽ , SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama,
črni kruh (Gpš,S)
SVEŽI PARADIŽNIK
DOMAČI SOK

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
krompir z mesno omako (Gpš, Z)
SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Mlečni riž na kokosovem mleku
KAKAVOV POSIP
JAGODE

KOSILO

KORENČKOVA JUHA (G,J,Z)
PURANJI RAGU Z ZELENJAVO
(Gpš,Z), TESTENINE (Gpš,J)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
KRUIH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SOK, SADJE

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

med
KAJZERICA (Gpš,S)
sadje

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
SLADIČA BREZ ALERGENOV
JABOLČNI KOMPOT



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** - Žveplovi 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

13.6.-17.6.2022

Dieta BREZ JAJC

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MARMELADA (SO2), MASLO (L)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
DOMAČI SOK, LUBENICA

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
NARAVNI ZREZEK V SMETANOVI
OMAKI (Gpš,L), DUŠEN RIŽ
SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

ŠTRUČKA S ŠUNKO IN SIROM
(Gpš,S,L)
SVEŽI PARADIŽNIK
DOMAČI SOK

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
krompir z mesno omako (Gpš)
SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI ZDROB (Gpš,L)
KAKAVOV POSIP
JAGODE ali drugo sadje!

KOSILO

KORENČKOVA JUHA z zakuho brez
alergenov,
PURANJI RAGU Z ZELENJAVO
(Gpš,Z), TESTENINE brez alergenov
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SOK, SADJE

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA z zakuho brez
alergenov
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČI JOGURT (L)
Z BANANO IN MEDOM
KAJZERICA (Gpš,S)

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
Sladica brez alergenov
JABOLČNI KOMPOT



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, koncentracije

Jedilnik

13.6.-17.6.2022

Dieta BREZ JAJC, MLEKA

Oš prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MARMELADA (SO2)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
DOMAČI SOK, LUBENICA

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
NARAVNI ZREZEK V OMAKI
Brez smetane, DUŠEN RIŽ
SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama
Črni kruh (Gpš)
SVEŽI PARADIŽNIK, SOK

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
krompir z mesno omako
SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Mlečni riž na kokosovem mleku
KAKAVOV POSIP
JAGODE ali drugo sadje!

KOSILO

KORENČKOVA JUHA z zakuho brez
alergenov, PURANJI RAGU Z
ZELENJAVO (Gpš,Z),
Testenine brez alergenov
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJAŠUNKA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SOK, SADJE

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA z zakuho brez
alergenov
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

med
KAJZERICA (Gpš,S)
sadje

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
Sladica brez alergenov
JABOLČNI KOMPOT



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, koncentrati

Jedilnik

13.6.-17.6.2022

Dieta BREZ GLUTENA, JAJC, MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MARMELADA (SO2)
Brezglutenski kruh
DOMAČI SOK, LUBENICA

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
NARAVNI ZREZEK V OMAKI
Brez smetane, DUŠEN RIŽ
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJAŠUNKA
Brezglutenski kruh
SOK, SADJE

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA z zakuho brez
alergenov
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama
Brezglutenski kruh
SVEŽI PARADIŽNIK, SOK

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
krompir z mesno omako
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

med
Brezglutenski kruh
sadje

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
Sladica brez alergenov
JABOLČNI KOMPOT

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Mlečni riž na kokosovem mleku
KAKAVOV POSIP
JAGODE ali drugo sadje!

KOSILO

KORENČKOVA JUHA z zakuho brez
alergenov, PURANJI RAGU Z
ZELENJAVO (Gpš,Z),
Testenine brez alergenov
SOLATA



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), kakov (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

13.6.-17.6.2022

Dieta Z MANJ HOLESTEROLA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MARMELADA (SO2)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
DOMAČI SOK, LUBENICA

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
Piščanec na žaru
DUŠEN RIŽ
SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

SIR (L), črni kruh (Gpš,S)
SVEŽI PARADIŽNIK
DOMAČI SOK

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
krompir z mesno omako
SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI ZDROB (Gpš,L)
KAKAVOV POSIP
JAGODE

KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez zakuhe
PURANJI RAGU Z ZELENJAVO
(Gpš,Z), TESTENINE brez jajc
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJAŠUNKA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SOK, SADJE

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČI JOGURT (L)
Z BANANO IN MEDOM
KAJZERICA (Gpš,S)

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
Sladica brez alergenov
JABOLČNI KOMPOT



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), 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, koncentracije

Jedilnik

Dieta brez konzervansov, oreščkov in arašidov

13.6.-17.6.2022

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Domača marmelada, MASLO (L)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
DOMAČI SOK, LUBENICA

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
NARAVNI ZREZEK V SMETANOVI
OMAKI (Gpš,L), DUŠEN RIŽ
SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

ŠTRUČKA S ŠUNKO IN SIROM
(Gpš,S,L)
SVEŽI PARADIŽNIK
DOMAČI SOK

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
KROMPIRJEVA MUSAKA
(Gpš,J,L)
SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI ZDROB (Gpš,L)
KAKAVOV POSIP
JAGODE

KOSILO

KORENČKOVA JUHA (G,J,Z)
PURANJI RAGU Z ZELENJAVO
(Gpš,Z), TESTENINE (Gpš,J)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SOK, SADJE

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČI JOGURT (L)
Z BANANO IN MEDOM
KAJZERICA (Gpš,S)

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
NARASTEK IZ PROSENE KAŠE
Z MALINAMI (Gpš,J,L)
JABOLČNI KOMPOT



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** - Žveplovi dioksidi in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentrat

Jedilnik

13.6.-17.6.2022

Dieta z manj BELJAKOVINAMI

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MARMELADA (SO2)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
DOMAČI SOK, LUBENICA

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
NARAVNI ZREZEK V OMAKI
Brez smetane (Gpš,L), DUŠEN RIŽ
SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

ŠTRUČKA S ŠUNKO IN SIROM
(Gpš,S,L)
SVEŽI PARADIŽNIK
DOMAČI SOK

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
KROMPIRJEVA MUSAKA
(Gpš,J,L)
SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI ZDROB (Gpš,L)
KAKAVOV POSIP
JAGODE

KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez zakuhe
PURANJI RAGU Z ZELENJAVO
(Gpš,Z), TESTENINE (Gpš,J)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJA ŠUNKA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SOK, SADJE

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez zakuha
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

med
KAJZERICA (Gpš,S)
sok

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
Sladica brez alergenov
JABOLČNI KOMPOT



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, koncentrat

Jedilnik

13.6.-17.6.2022

Dieta BREZ LAKTOZE

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MARMELADA (SO2)
KORUZNI KRUH (Gpš,S)
DOMAČI SOK, LUBENICA

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
NARAVNI ZREZEK V OMAKI
Brez smetane (Gpš), DUŠEN RIŽ
SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama
Črni kruh (Gpš,S)
SVEŽI PARADIŽNIK
DOMAČI SOK

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO
(Gpš,J,Z)
krompir z mesno omako
SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI riž na kokosovem mleku
KAKAVOV POSIP
JAGODE

KOSILO

KORENČKOVA JUHA (G,J,Z)
PURANJI RAGU Z ZELENJAVO
(Gpš,Z), TESTENINE (Gpš,J)
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJAŠUNKA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SOK, SADJE

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

med
KAJZERICA (Gpš,S)
sadje

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
Sladica brez alergenov
JABOLČNI KOMPOT



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, koncentrat

Jedilnik

13.6.-17.6.2022

Dieta s sladkorno boleznijo

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Maslo (L)
pirin kruh (Gpš,S)
Nesladkan čaj, jabolko

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
NARAVNI ZREZEK V OMAKI
Brez moke in smetane,
Neoluščen RIŽ
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

PURANJAŠUNKA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SOK, SADJE

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez zakuhe
PIŠČANČJI FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIRČEK
SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Pirin rogljič (Gpš, S)
SVEŽI PARADIŽNIK
Nesladkan čaj/mineralna voda

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
Krompir v kosih z mesno omako
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČI navadni JOGURT (L)
Pirin kruh (Gpš,S)
sadje

KOSILO

GOVNAČ S HRENOVKO (Gpš,S)
Sladica brez alergenov
Nesladkan jabolčni kompot

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Namaz iz kisle smetane
Črni kruh (Gpš,S)
Nesladkan čaj, JAGODE

KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez zakuhe
PURANJI RAGU Z ZELENJAVO
(Gpš,Z),
Polnozrnat TESTENINE (Gpš,J)
SOLATA



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), kisla 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, koncentri