

# Jedilnik

23.1.-27.1.2023

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA, MASLO (L)  
POLBELI KRUH (Gpš, S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO  
(Gpš, J, Z), PIŠČANČJI PAPIKAŠ  
(Gpš, Z), TESTENINE (Gpš, J),  
SEZONSKA SOLATA

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNIN NAMAZ (R1, L)  
OVSENI KRUH (Gpš, S, SS), ČAJ  
SVEŽI PARADIŽNIK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA (Gpš, Z)  
MLETA PEČENKA (Gpš, J, Z, GS),  
**PIRE KROMPIR Z EKO  
MLEKOM (L)**, ŠPINAČA, (Gpš, L),  
SEZONSKA SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
POLNOZRAT KRUH (Gpš, S, SS)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš, J, Z),  
OCVRTE RIBE (R1, J, Gpš), MASLENI  
KROMPIR (L), **BIO SOLATA**

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI POLŽ (Gpš, L), **KAKAV IZ  
EKO MLEKA (L)**, SADJE

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA S**  
PIŠČANČJO HRENOVKO,  
**DOMAČI RIŽEV NARASTEK IZ  
EKO MLEKA (Gpš, J, L)**  
DOMAČI JABOLČNI KOMPOT

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ **Z EKO MLEKOM  
(Gpš, L)**, KAKAVOV POSIP  
BANANA / **ŠSEU: SUHI KAKI**

### KOSILO

TELEČJA OBARA,  
AJDOVI (Gpš) ALI KORUZNI  
ŽGANCI (Gpš),  
**EKO MLEKO (L)**



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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

23.1.-27.1.2023

# Jedilnik

Dieta BREZ MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA,  
POLBELI KRUH (Gpš,S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO  
(Gpš,J,Z), PIŠČANČJI PAPIKAŠ  
brez alergenov, TESTENINE brez  
alergenov, SEZONSKA SOLATA

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNINA v olju (R1)  
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS), ČAJ  
SVEŽI PARADIŽNIK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA (Gpš,Z)  
MLETA PEČENKA brez alergenov,  
pire krompir brez alergenov,  
ŠPINAČA brez alergenov  
SEZONSKA SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
POLNOZRNAT KRUH (Gpš,S,SS)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z),  
RIBE na žaru (R1), KROMPIR v kosih ,  
**BIO SOLATA**

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

MED, ČRNI KRUH (Gpš,S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA brez  
alergenov** S PIŠČANČJO  
HRENOVKO,  
domača sladica brez alergenov  
DOMAČI JABOLČNI KOMPOT

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ z riževim mlekom  
KAKAVOV POSIP  
BANANA / **ŠSEU: SUHI KAKI**

### KOSILO

TELEČJA OBARA,  
AJDOVI (Gpš) ALI KORUZNI  
ŽGANCI (Gpš),



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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, koncentracije

23.1.-27.1.2023

# Jedilnik

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

Dieta BREZ JAJC

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA,  
MASLO (L)  
POLBELI KRUH (Gpš,S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov (Z), PIŠČANČJI  
PAPRIKAŠ brez alergenov,  
TESTENINE brez alergenov,  
SEZONSKA SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
POLNOZRNAT KRUH (Gpš,S,SS)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov (Z), RIBE na žaru (R1),  
KROMPIR v kosih , **BIO SOLATA**

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ **Z EKO MLEKOM**  
(Gpš,L), KAKAVOV POSIP  
BANANA / **ŠSEU: SUHI KAKI**

### KOSILO

TELEČJA OBARA,  
AJDOVI (Gpš) ALI KORUZNI  
ŽGANCI (Gpš), eko mleko (L)

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNIN NAMAZ (R1, L)  
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS), ČAJ  
SVEŽI PARADIŽNIK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov  
MLETA PEČENKA brez alergenov,  
pire krompir brez alergenov,  
ŠPINAČA brez alergenov  
SEZONSKA SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

MED, ČRNI KRUH (Gpš,S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA brez**  
**alergenov** S PIŠČANČJO  
HRENOVKO,  
domača sladica brez alergenov  
DOMAČI JABOLČNI KOMPOT



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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

23.1.-27.1.2023

Dieta BREZ MLEKA, JAJC IN OREŠČKOV

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA,  
POLBELI KRUH (Gpš,S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov (Z), PIŠČANČJI  
PAPRIKAŠ brez alergenov,  
TESTENINE brez alergenov,  
SEZONSKA SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
POLNOZRNAT KRUH (Gpš,S,SS)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov (Z), RIBE na žaru (R1),  
KROMPIR v kosih , **BIO SOLATA**

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ z riževim mlekom,  
KAKAVOV POSIP  
BANANA / **ŠSEU: SUHI KAKI**

### KOSILO

TELEČJA OBARA,  
AJDOVI (Gpš) ALI KORUZNI  
ŽGANCI (Gpš)

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNINA v olju (R1)  
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS), ČAJ  
SVEŽI PARADIŽNIK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov  
MLETA PEČENKA brez alergenov,  
pire krompir brez alergenov,  
ŠPINAČA brez alergenov  
SEZONSKA SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

MED, ČRNI KRUH (Gpš,S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA brez  
alergenov** S PIŠČANČJO  
HRENOVKO,  
domača sladica brez alergenov  
DOMAČI JABOLČNI KOMPOT



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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/polnozmatni 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, **SO<sub>2</sub>** - 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

23.1.-27.1.2023

Dieta BREZ GLUTENA, JAJC, MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA,  
brezglutenski kruh  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov (Z), PIŠČANČJI  
PAPRIKAŠ brez alergenov,  
TESTENINE brez alergenov,  
SEZONSKA SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
brezglutenski kruh  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov (Z), RIBE na žaru (R1),  
KROMPIR v kosih, **BIO SOLATA**

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ z riževim mlekem,  
KAKAVOV POSIP  
BANANA / **ŠSEU: SUHI KAKI**

### KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov,  
AJDOVI (Gpš) ALI KORUZNI  
ŽGANCI (Gpš)

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNINA v olju (R1)  
brezglutenski kruh, ČAJ  
SVEŽI PARADIŽNIK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov  
MLETA PEČENKA brez alergenov,  
pire krompir brez alergenov,  
ŠPINAČA brez alergenov  
SEZONSKA SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

MED, brezglutenski kruh, ČAJ,  
SADJE

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA brez  
alergenov** S PIŠČANČJO  
HRENOVKO,  
domača sladica brez alergenov  
DOMAČI JABOLČNI KOMPOT



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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/polnozmatni 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, **SO<sub>2</sub>** - 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

23.1.-27.1.2023

Dieta Z MANJ HOLESTEROLA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA,  
POLBELI KRUH (Gpš,S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe (Z),  
PIŠČANČJI PAPRIKAŠ (Gpš,Z),  
TESTENINE (Gpš,J), SEZONSKA  
SOLATA

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNIN NAMAZ (R1,L)  
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS), ČAJ  
SVEŽI PARADIŽNIK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA (Gpš,Z)  
Piščanec na žaru, **PIRE KROMPIR  
Z EKO MLEKOM(L)**, ŠPINAČA,  
(Gpš,L), SEZONSKA SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
POLNOZRNAT KRUH (Gpš,S,SS)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe (Z), RIBE  
nažaru (R1), KROMPIR v kosih, **BIO  
SOLATA**

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI POLŽ (Gpš,L), **KAKAV IZ  
EKO MLEKA (L)**, SADJE

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA S**  
PIŠČANČJO HRENOVKO,  
**DOMAČI RIŽEV NARASTEK IZ  
EKO MLEKA (Gpš,J,L)**  
DOMAČI JABOLČNI KOMPOT

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ **Z EKO MLEKOM  
(Gpš,L)**, KAKAVOV POSIP  
BANANA / **ŠSEU: SUHI KAKI**

### KOSILO

TELEČJA OBARA,  
AJDOVI (Gpš) ALI KORUZNI  
ŽGANCI (Gpš),  
**EKO MLEKO (L)**



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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, koncentri

# Jedilnik

23.1.-27.1.2023

Dieta brez konzervansov, lešnikov in arašidov

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA,  
MASLO (L)  
POLBELI KRUH (Gpš,S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO  
(Gpš,J,Z), PIŠČANČJI PAPRIKAŠ  
(Gpš,Z), TESTENINE (Gpš,J),  
SEZONSKA SOLATA

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama  
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS), ČAJ  
SVEŽI PARADIŽNIK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA (Gpš,Z)  
MLETA PEČENKA (Gpš,J,Z,GS),  
**PIRE KROMPIR Z EKO  
MLEKOM(L)**, ŠPINAČA, (Gpš,L),  
SEZONSKA SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
POLNOZRNAT KRUH (Gpš,S,SS)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z),  
RIBE na žaru (R1), MASLENI  
KROMPIR (L), **BIO SOLATA**

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI POLŽ (Gpš,L), **KAKAV IZ  
EKO MLEKA (L)**, SADJE

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA S  
PIŠČANČJO HRENOVKO,  
DOMAČI RIŽEV NARASTEK IZ  
EKO MLEKA (Gpš,J,L)**  
DOMAČI JABOLČNI KOMPOT

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ **Z EKO MLEKOM  
(Gpš,L)**, KAKAVOV POSIP  
BANANA / **ŠSEU: SUHI KAKI**

### KOSILO

TELEČJA OBARA,  
AJDOVI (Gpš) ALI KORUZNI  
ŽGANCI (Gpš),  
**EKO MLEKO (L)**



**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, koncentрати

# Jedilnik

23.1.-27.1.2023

Dieta **BREZ LAKTOZE**

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA  
POLBELI KRUH (Gpš,S)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO  
(Gpš,J,Z), PIŠČANČJI PAPRIKAŠ  
brez alergenov, TESTENINE  
(Gpš,J), SEZONSKA SOLATA

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNINA v olju (R1)  
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS), ČAJ  
SVEŽI PARADIŽNIK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA (Gpš,Z)  
MLETA PEČENKA brez alergenov,  
PIRE KROMPIR brez alergenov  
ŠPINAČA brez alergenov,  
SEZONSKA SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
POLNOZRNAT KRUH (Gpš,S,SS)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z),  
RIBE na žaru (R1), KROMPIR v kosih  
**BIO SOLATA**

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Med, črni kruh (Gpš,S),  
čaj, SADJE

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA S**  
PIŠČANČJO HRENOVKO,  
domača sladica brez alergenov  
DOMAČI JABOLČNI KOMPOT

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ z riževim mlekom,  
KAKAVOV POSIP  
BANANA / **ŠSEU: SUHI KAKI**

### KOSILO

TELEČJA OBARA,  
AJDOVI (Gpš) ALI KORUZNI  
ŽGANCI (Gpš),



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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

23.1.-27.1.2023

Dieta s sladkorno boleznijo

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
POLBELI KRUH (Gpš,S)  
nesladkan čaj, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe  
PIŠČANČJI PAPRIKAŠ (Gpš,Z),  
polnozrnate TESTENINE  
(Gpš,J,S,SS), SEZONSKA  
SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
POLNOZRNAT KRUH (Gpš,S,SS)  
nesladkan čaj,, SADJE

### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe, RIBE na  
žaru (R1), KROMPIR v kosih, **BIO**  
**SOLATA**

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

PIRIN ROGLJIČEK (Gpš,S,SS) ALI  
PIRIN ZDROB (Gpš,L),  
jabolko

### KOSILO

TELEČJA OBARA,  
AJDOVI ŽGANCI (Gpš),  
**EKO MLEKO (L)**

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNIN NAMAZ (R1,L)  
OVSENI KRUH (Gpš,S,SS),  
nesladkan čaj,  
SVEŽI PARADIŽNIK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez alergenov  
Piščanec na žaru, krompir v kosih,  
ŠPINAČA brez alergenov, SEZONSKA  
SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

pirin rogljiček (Gpš,S,SS),  
nesladkan čaj, SADJE

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA S**  
PIŠČANČJO HRENOVKO,  
Dietna sladica  
DOMAČI nesladkan 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), 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, koncentрати

# Jedilnik

23.1.-27.1.2023

Želodčna dieta

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Kuhan jajček (J),  
Crispy kruhek  
nesladkan čaj, olupljeno jabolko

### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe (Z),  
piščančje meso v omaki,  
TESTENINE (Gpš,J), SEZONSKA  
SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

PIŠČANČJA SALAMA  
En dan star beli kruh (Gpš,S)  
nesladkan čaj, olupljena hruška

### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe (Z), RIBE  
na žaru (R1), KROMPIR v kosih, **BIO**  
**SOLATA**

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ z riževim mlekom, en  
dan star beli kruh (Gpš,S)  
olupljeno jabolko

### KOSILO

TELEČJA OBARA,  
en dan star beli kruh (Gpš,S)  
olupljeno jabolko

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

puding z vanilijo (L)  
en dan star beli kruh (Gpš,S),  
nesladkan čaj, olupljeno jabolko

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez alergenov  
Piščanec na žaru, KROMPIR v kosih  
ŠPINAČA brez alergenov, SEZONSKA  
SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

sadni jogurt z manj maščobe (L)  
en dan star beli kruh (Gpš,S),  
nesladkan čaj

### KOSILO

**GOVNAČ IZ BIO ZELJA S**  
PIŠČANČJO HRENOVKO,  
domača manj sladka sladica brez  
alergenov  
DOMAČI nesladkan 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** – 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