

Jedilnik

18.9. – 22.9. 2023

Dieta BREZ MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA JAGODNA MARMELADA
ČAJ
ČRNI KRUH (Gpš)

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
PIŠČ. FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIR
ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČ.PRSA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPRIKA
ČAJ

KOSILO

CVETAČNA JUHA (Gpš,J,Z)
TESTENINE Z MESNO OMAKO (Gpš)
ZELENA SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ s sojinim napitkom (S)
KAKAVOV POSIP
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,L)
DUŠENA GOVEDINA Z
ZELENJAVNO OMAKO brez
alergenov
KUS KUS (Gpš,J), SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

ZELENJAVNI NAMAZ brez
alergenov
OVSENI KRUH (Gpš)
RINGLO, čaj

KOSILO

TELEČJA OBARA (Gpš,Z)
AJDOVI/KORUZNI ŽGANCI (Gpš)
sladoled brez alergenov

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš)
100 % zgoščeni sok
JABOLKO

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
TESTENINE (Gpš,J),
TUNINA OM. (R1)
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), 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), 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

18.9. – 22.9. 2023

Dieta BREZ LAKTOZE

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA JAGODNA MARMELEDA
ČAJ
ČRNI KRUH (Gpš)

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
PIŠČ. FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIR
ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČ.PRSA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPRIKA
ČAJ

KOSILO

CVETAČNA JUHA (Gpš,J,Z)
TESTENINE Z MESNO OMAKO (Gpš)
ZELENA SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Kosmiči brez alergenov z mlekom
brez laktoze
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,L)
DUŠENA GOVEDINA Z
ZELENJAVNO OMAKO brez
alergenov
KUS KUS (Gpš,J), SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

ZELENJAVNI NAMAZ brez
alergenov
OVSENI KRUH (Gpš)
RINGLO, čaj

KOSILO

TELEČJA OBARA (Gpš,Z)
AJDOVI/KORUZNI ŽGANCI (Gpš)
sladoled brez alergenov

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš)
100 % zgoščeni sok
JABOLKO

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
TESTENINE (Gpš,J),
TUNINA OM. (R1)
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), 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

18.9. – 22.9. 2023

Dieta BREZ JAJC

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA JAGODNA MARMELADA
MASLO (L)
ČRNI KRUH (Gpš)
ČAJ

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
PIŠČ. FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIR
ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČ.PRSA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPIRIKA
ČAJ

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
testenine brez alergenov Z MESNO
OMAKO brez alergenov
ZELENA SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ Z EKO MLEKOM (L)
KAKAVOV POSIP
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
DUŠENA GOVEDINA Z
ZELENJAVNO OMAKO brez
alergenov
RIŽ, SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

ZELENJAVNI NAMAZ brez
alergenov
OVSENI KRUH (Gpš)
RINGLO, čaj

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
AJDOVI/KORUZNI ŽGANCI (Gpš)
EKO MLEKO (L)
sladoled brez alergenov

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš)
NAVADNI JOGURT (L)
JABOLKO

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov
TESTENINE brez alergenov
TUNINA OMAKA (R1)
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), 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

18.9. – 22.9. 2023

Dieta BREZ JAJC IN OREŠČKOV

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA JAGODNA MARMELADA
MASLO (L)
ČRNI KRUH (Gpš)
ČAJ

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
PIŠČ. FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIR
ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČ.PRSA
POLBELI KRUH (Gpš)
SVEŽA PAPIRIKA
ČAJ

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
testenine brez alergenov Z MESNO
OMAKO brez alergenov
ZELENA SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ Z EKO MLEKOM (L)
Brez posipa
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
DUŠENA GOVEDINA Z
ZELENJAVNO OMAKO brez
alergenov
RIŽ, SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

ZELENJAVNI NAMAZ brez
alergenov
OVSENI KRUH (Gpš)
RINGLO, čaj

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
AJDOVI/KORUZNI ŽGANCI (Gpš)
EKO MLEKO (L)
sladoled brez alergenov

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš)
NAVADNI JOGURT (L)
JABOLKO

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov
TESTENINE brez alergenov
TUNINA OMAKA (R1)
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), 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), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidni 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, koncentratí

Jedilnik

18.9. – 22.9. 2023

Dieta BREZ MLEKA, JAJC IN OREŠČKOV

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA JAGODNA MARMELADA
ČAJ
ČRNI KRUH (Gpš)

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
PIŠČ. FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIR
ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

ZELENJAVNI NAMAZ brez
alergenov
POLBELI KRUH (Gpš)
RINGLO, čaj

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
AJDOVI/KORUZNI ŽGANCI (Gpš)
sladoled brez alergenov

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČ.PRSA
POLBELI KRUH (Gpš)
SVEŽA PAPIKA
ČAJ

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov,
testenine brez alergenov Z MESNO
OMAKO brez alergenov
ZELENA SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš)
100 % zgoščeni sok
JABOLKO

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov
TESTENINE brez alergenov
TUNINA OMAKA (R1)
SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ s sojinim napitkom (S)
Brez posipa
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
DUŠENA GOVEDINA Z
ZELENJAVNO OMAKO brez
alergenov
RIŽ, 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), 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

18.9. – 22.9. 2023

Dieta BREZ GLUTENA, JAJC, MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA JAGODNA MARMELADA
ČAJ
BREZGLUTENSKI KRUH

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
PIŠČ. FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIR
ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČ.PRSA
BREZGLUTENSKI KRUH
SVEŽA PAPIRIKA
ČAJ

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov,
testenine brez alergenov Z MESNO
OMAKO brez alergenov
ZELENA SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ s sojinim napitkom (S)
Brez posipa
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
DUŠENA GOVEDINA Z
ZELENJAVNO OMAKO brez
alergenov
RIŽ, SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

ZELENJAVNI NAMAZ brez
alergenov
BREZGLUTENSKI KRUH
RINGLO, čaj

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
Žganci brez alergenov
sladoled brez alergenov

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama,
BREZGLUTENSKI KRUH
100 % zgoščeni sok
JABOLKO

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov
TESTENINE brez alergenov
TUNINA OMAKA (R1) 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, 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 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

18.9. – 22.9. 2023

Dieta Z MANJ HOLESTEROLA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA JAGODNA MARMELADA
ČAJ
ČRNI KRUH (Gpš)

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
Riba na žaru
PEČEN KROMPIR
ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Sir (L)
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPIRIKA
ČAJ

KOSILO

CVETAČNA JUHA (Gpš,J,Z)
TESTENINE s paradižnikovo omako (Gpš)
ZELENA SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ Z EKO MLEKOM
KAKAVOV POSIP
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
Ribji file (R1) z
ZELENJAVNO OMAKO brez
alergenov
KUS KUS (Gpš,J), SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

ZELENJAVNI NAMAZ brez
alergenov
OVSENI KRUH (Gpš)
RINGLO, čaj

KOSILO

MLEKO (L)
AJDOVI/KORUZNI ŽGANCI (Gpš)
sladoled (Gpš,L,O)

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš)
100 % zgoščeni sok
JABOLKO

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
TESTENINE (Gpš,J),
TUNINA OM. (R1)
SOLATA



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

Jedilnik

18.9. – 22.9. 2023

Dieta brez konzervansov, oreščkov in arašidov

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA JAGODNA MARMELADA
MASLO (L)
ČAJ
ČRNI KRUH (Gpš)

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
PIŠČ. FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIR
ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

SIR (L)
POLBELI KRUH (Gpš)
SVEŽA PAPIKA
ČAJ

KOSILO

CVETAČNA JUHA (Gpš,J,Z)
MESNA LAZANJA (Gpš,J,L)
ZELENA SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI RIŽ Z EKO MLEKOM (L)
brez posipa
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,L)
DUŠENA GOVEDINA Z
ZELENJAVNO OMAKO (Gpš,J,L)
KUS KUS (Gpš,J), SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

ZELENJAVNI NAMAZ (J,L)
POLBELI KRUH (Gpš)
RINGLO, čaj

KOSILO

TELEČJA OBARA (Gpš,Z)
AJDOVI/KORUZNI ŽGANCI (Gpš)
sladoled brez alergenov

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš)
NAVADNI JOGURT (L)
JABOLKO

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
TESTENINE (Gpš,J),
SIROVA OMAKA (Gpš,L)
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), 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

18.9. – 22.9. 2023

Dieta s sladkorno boleznijo

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)
NESLADKAN ČAJ
ČRNI KRUH (Gpš)
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
PIŠČ. FILE NA ŽARU
PEČEN KROMPIR
ZELENA SOLATA S PARADIŽNIKOM

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČ.PRSA
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)
SVEŽA PAPRIKA
NESLADKAN ČAJ

KOSILO

CVETAČNA JUHA (Gpš,J,Z)
pirine testenine Z MESNO OMAKO (Gpš)
ZELENA SOLATA

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

OVSENI KOSMIČI (Gov)
BREZ POSIPA
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
DUŠENA GOVEDINA Z
ZELENJAVNO OMAKO brez
alergenov
Neoluščen riž, SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

Sir (L)
OVSENI KRUH (Gpš)
RINGLO, NESLADKAN čaj

KOSILO

TELEČJA OBARA (Gpš,Z)
AJDOVI ŽGANCI (Gpš)
jabolko

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

Pirin rogljiček
NESLADKAN čaj
JABOLKO

KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)
Polnozrnate (Gpš,J),
TUNINA OM. (R1)
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), 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