

# Tedilnik

22.1.-26.1.2024

Dieta BREZ MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

## TOREK

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama  
Čaj, črni kruh (Gpš,S)  
SUHI JABOLČNI KRHLJI

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNINA v olju (R1)  
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)  
ČAJ, ČEŠNJEVEC

### MALICA DOPOLDANSKA

Kuhan riž v riževem napitku  
EKO BANANE

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
GOLAŽ brez alergenov  
Krompir v kosih  
SOLATA

### KOSILO

Goveja juha z zakuhom brez alergenov  
PIŠČANČJI PAPRIKAŠ brez  
alergenov  
TESTENINE brez alergenov  
RDEČA PESA  
*/šseu: ZELENA SOLATA*

### KOSILO

ZELENJAVA JUHA brez alergenov  
NARAVNI ZREZEK V OMAKI brez  
alergenov  
DUŠEN RIŽ, SOLATA

## ČETRTEK

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

KUHANO JAJCE (J)  
ČRNI KRUH (Gpš,S)  
SVEŽI KORENČEK, ČAJ

### MALICA DOPOLDANSKA

Domača marmelada  
KORUZNI KRUH (G,S)  
ČAJ, KLEMENTINE

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
MESNI POLPET NA ŽARU  
KROMPIRJEVA SOLATA S  
KUMARAMI

### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
Pecivo brez alergenov  
DOMAČ 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), kisla 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 poizvodi **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

22.1.-26.1.2024

Dieta BREZ LAKTOZE

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

TOREK

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama  
Čaj, črni kruh (Gpš,S)  
SUHI JABOLČNI KRHLJI

MALICA DOPOLDANSKA

TUNINA v olju (R1)  
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)  
ČAJ, ČEŠNJEVEC

MALICA DOPOLDANSKA

Kosmiči brez alergenov  
EKO MLEKO  
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
GOLAŽ brez alergenov  
Krompir v kosih  
SOLATA

KOSILO

Goveja juha z zakuhom brez alergenov  
PIŠČANČJI PAPRIKAŠ brez  
alergenov  
TESTENINE brez alergenov  
RDEČA PESA  
štev: ZELENA SOLATA

KOSILO

ZELENJAVA JUHA brez alergenov  
NARAVNI ZREZEK V OMAKI brez  
alergenov  
DUŠEN RIŽ, SOLATA

ČETRTEK

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

KUHANO JAJCE (J)  
ČRNI KRUH (Gpš,S)  
SVEŽI KORENČEK, ČAJ

MALICA DOPOLDANSKA

Domača marmelada  
KORUZNI KRUH (G,S)  
ČAJ, KLEMENTINE

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
MESNI POLPET NA ŽARU  
KROMPIRJEVA SOLATA S  
KUMARAMI

KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
Pecivo brez alergenov  
DOMAČ 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), kisla 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 poizvodi **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

# Tedilnik

22.1.-26.1.2024

Dieta BREZ JAJC

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

## TOREK

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

SIROVA ŠTRUČKA (Gpš,S)

KAKAV (L)

SUHI JABOLČNI KRHLJI

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNIN NAMAZ (R1,L)

KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)

ČAJ, ČEŠNJEVEC

### MALICA DOPOLDANSKA

KOSMIČI BREZ ALERGENOV

EKO MLEKO (L)

JABOLKO

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez alergenov

GOLAŽ brez alergenov

Krompir v kosih

SOLATA

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez alergenov

PIŠČANČJI PAPRIKAŠ brez alergenov

TESTENINE brez alergenov

RDEČA PESA

/štev: ZELENA SOLATA

### KOSILO

ZELENJAVA JUHA brez alergenov

NARAVNI ZREZEK V OMAKI brez alergenov

DUŠEN RIŽ, SOLATA

## ČETRTEK

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

pašteta

ČRNI KRUH (Gpš,S)

SVEŽI KORENČEK, ČAJ

### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)

KORUZNI KRUH (G,S)

ČAJ, KLEMENTINE

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez alergenov

MESNI POLPET NA ŽARU

KROMPIRJEVA SOLATA S KUMARAMI

### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuhom brez alergenov

PECIVO brez alergenov

DOMAČ 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), kisla 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 poizvodi **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

22.1.-26.1.2024

## Dieta BREZ JAJC IN OREŠČKOV

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

### PONEDELJEK

### TOREK

### SREDA

#### MALICA DOPOLDANSKA

SIROVA ŠTRUČKA (Gpš,S)

mleko

SUHI JABOLČNI KRHLJI

#### MALICA DOPOLDANSKA

TUNIN NAMAZ (R1,L)

Polbeli kruh (Gpš,S)

ČAJ, ČEŠNJEVEC

#### MALICA DOPOLDANSKA

KOSMIČI BREZ ALERGENOV

**EKO MLEKO (L)**

JABOLKO

#### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez alergenov

GOLAŽ brez alergenov

Krompir v kosih

SOLATA

#### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez alergenov

PIŠČANČJI PAPRIKAŠ brez alergenov

alergenov

TESTENINE brez alergenov

RDEČA PESA

/štev: **ZELENA SOLATA**

#### KOSILO

ZELENJAVA JUHA brez alergenov

NARAVNI ZREZEK V OMAKI brez alergenov

DUŠEN RIŽ, SOLATA

### ČETRTEK

### PETEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

pašteta

ČRNI KRUH (Gpš,S)

SVEŽI KORENČEK, ČAJ

#### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)

KORUZNI KRUH (G,S)

ČAJ, KLEMENTINE

#### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez alergenov

MESNI POLPET NA ŽARU

KROMPIRJEVA SOLATA S KUMARAMI

#### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuhom brez alergenov

PECIVO brez alergenov

DOMAČ 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), kisla 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 poizvodi **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

# Tedilnik

22.1.-26.1.2024

Dieta BREZ MLEKA, JAJC IN OREŠČKOV

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

TOREK

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama  
Čaj, črni kruh (Gpš,S)  
SUHI JABOLČNI KRHLJI

MALICA DOPOLDANSKA

TUNINA v olju (R1)  
Polbeli kruh (Gpš,S)  
ČAJ, ČEŠNJEVEC

MALICA DOPOLDANSKA

Kuhan riž v riževem napitku  
**EKO BANANA**

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
GOLAŽ brez alergenov  
Krompir v kosih  
SOLATA

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
PIŠCANČJI PAPRIKAŠ brez  
alergenov  
TESTENINE brez alergenov  
RDEČA PESA  
*/še u: ZELENA SOLATA*

KOSILO

ZELENJAVA JUHA brez alergenov  
NARAVNI ZREZEK V OMAKI brez  
alergenov  
DUŠEN RIŽ, SOLATA

ČETRTEK

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

Pašteta ARGETA  
ČRNI KRUH (Gpš,S)  
SVEŽI KORENČEK, ČAJ

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA  
KORUZNI KRUH (G,S)  
ČAJ, KLEMENTINE

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
MESNI POLPET NA ŽARU  
KROMPIRJEVA SOLATA S  
KUMARAMI

KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
PECIVO brez alergenov  
DOMAČ 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), kislata smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnznati 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 poizvodi **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** – Žvepljen 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

22.1.-26.1.2024

Dieta BREZ GLUTENA, JAJC, MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

TOREK

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama  
Čaj, BREZGLUTENSKI KRUH  
SUHI JABOLČNI KRHLJI

MALICA DOPOLDANSKA

TUNINA v olju (R1)  
BREZGLUTENSKI KRUH  
ČAJ, ČEŠNJEVEC

MALICA DOPOLDANSKA

Kuhan riž v riževem napitku  
**EKO BANANA**

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
GOLAŽ brez alergenov  
Krompir v kosih  
SOLATA

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
PIŠCANČJI PAPRIKAŠ brez  
alergenov  
TESTENINE brez alergenov  
RDEČA PESA  
*/še u: ZELENA SOLATA*

KOSILO

ZELENJAVA JUHA brez alergenov  
NARAVNI ZREZEK V OMAKI brez  
alergenov  
DUŠEN RIŽ, SOLATA

ČETRTEK

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

Pašteta ARGETA  
BREZGLUTENSKI KRUH  
SVEŽI KORENČEK, ČAJ

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA  
BREZGLUTENSKI KRUH  
ČAJ, KLEMENTINE

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
MESNI POLPET NA ŽARU  
KROMPIRJEVA SOLATA S  
KUMARAMI

KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuhom brez  
alergenov  
PECIVO brez alergenov  
DOMAČ JABOLČNI KOMPOT



Legenda:

**DOBER TEK!**

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, sirmi 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/polnozrnnati 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

# Tedilnik

22.1.-26.1.2024

Dieta Z MANJ HOLESTEROLA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

TOREK

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

SIROVA ŠTRUČKA (Gpš,S)  
KAKAV (L)  
SUHI JABOLČNI KRHLJI

MALICA DOPOLDANSKA

TUNIN NAMAZ (R1,L)  
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)  
ČAJ, ČEŠNJEVEC

MALICA DOPOLDANSKA

MUSLI KOSMIČI (G,S,L,J,O,A)  
EKO MLEKO (L)  
EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)  
ČEBULNA OMAKA (Gpš)  
KRUHOVI CMOKI (Gpš,J,L)  
SOLATA

KOSILO

PREŽGANKA (J,Gpš)  
PARADIŽNIKOVA OMAKA (Gpš,Z)  
TESTENINE (Gpš,J)  
RDEČA PESA  
*/šseu: ZELENA SOLATA*

KOSILO

ZELENJAVA JUHA (Gpš,J,L)  
OMAKA Z SMETANO (Gpš,L)  
DUŠEN RIŽ, SOLATA

ČETRTEK

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

KUHANO JAJCE (J)  
ČRNI KRUH (Gpš,S)  
SVEŽI KORENČEK, ČAJ

MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
KORUZNI KRUH (G,S)  
ČAJ, KLEMENTINE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,L)  
SOJINI POLPETI (Gpš,J,L,S,O))  
KROMPIRJEVA SOLATA S  
KUMARAMI

KOSILO

FIŽOLOVA JUHA Z METULJČKI  
(Gpš,J,Z)  
PECIVO S SKUTO (Gpš,J,L)  
DOMAČ JABOLČNI KOMPOT



**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/polnoprnnati 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 poizvodi 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

22.1.-26.1.2024

Dieta brez konzervansov, oreščkov in arašidov

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

## TOREK

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

SIROVA ŠTRUČKA (Gpš,S)

MLEKO (L)

SUHI JABOLČNI KRHLJI

### MALICA DOPOLDANSKA

SIR (L)

KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)

ČAJ, ČEŠNJEVEC

### MALICA DOPOLDANSKA

MUSLI KOSMIČI (G,S,L,J,O,A)

EKO MLEKO (L)

EKO BANANE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)

GOLAŽ (Gpš,Z)

KRUHOVI CMOKI (Gpš,J,L)

SOLATA

### KOSILO

PREŽGANKA (J,Gpš)

PIŠČANČJI PAPRIKAŠ (Gpš,Z)

TESTENINE (Gpš,J)

RDEČA PESA

/šseu: ZELENA SOLATA

### KOSILO

ZELENJAVA JUHA (Gpš,J,L)

NARAVNI ZREZEK V OMAKI

(Gpš,L)

DUŠEN RIŽ, SOLATA

## ČETRTEK

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

KUHANO JAJCE (J)

ČRNI KRUH (Gpš,S)

SVEŽI KORENČEK, ČAJ

### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)

KORUZNI KRUH (G,S)

ČAJ, KLEMENTINE

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,L)

MESNI POLPET NA ŽARU

KROMPIRJEVA SOLATA S

KUMARAMI

### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA Z METULJČKI

(Gpš,J,Z)

PECIVO S SKUTO (Gpš,J,L)

DOMAČ 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), kisla 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 poizvodi **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

22.1.-26.1.2024

Dieta s slatkorno boleznijo

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

## TOREK

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

Sir (L), črni kruh (Gpš,S)  
nesladkan čaj  
JABOLKO

### MALICA DOPOLDANSKA

TUNINA v olju (R1)  
KRUH S SEMENI (Gpš,S,SS)  
nesladkan čaj, ČEŠNJEVEC

### MALICA DOPOLDANSKA

ovseni KOSMIČI (Go)  
**EKO MLEKO (L)**  
JABOLKO

### KOSILO

GOVEJA JUHA BREZ ZAKUHE  
GOLAŽ brez alergenov  
Krompir v kosih  
SOLATA

### KOSILO

GOVEJA JUHA BREZ ZAKUHE  
PIŠČANČJI PAPRIKAŠ brez  
alergenov  
Pirine testenine (Gpš,S)  
**šseu: ZELENA SOLATA**

### KOSILO

ZELENJAVA JUHA brez alergenov  
NARAVNI ZREZEK V OMAKI brez  
alergenov  
DUŠEN neoluščen RIŽ, SOLATA

## ČETRTEK

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

KUHANO JAJCE (J)  
ČRNI KRUH (Gpš,S)  
SVEŽI KORENČEK, nesladkan čaj

### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
Pirin kruh (Gpš,S)  
nesladkan čaj, ½ KLEMENTINE

### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe  
MESNI POLPET NA ŽARU  
KROMPIRJEVA SOLATA S  
KUMARAMI

### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA brez alergenov in  
zakuhe  
Dietno pecivo  
DOMAČ 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), kisla 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 poizvodi **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

22.1.-26.1.2024

Dieta BREZ GLUTENA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

TOREK

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

Sir (L), brezglutenski kruh

čaj

SUHI JABOLČNI KRHLJI

MALICA DOPOLDANSKA

TUNIN NAMAZ (R1,L)

brezglutenski kruh

ČAJ, ČEŠNJEVEC

MALICA DOPOLDANSKA

Brezglutenski kosmiči

EKO MLEKO (L)

EKO BANANE

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO brez alergenov

GOLAŽ brez alergenov

Krompir v kosih

SOLATA

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO brez alergenov

PIŠČANČJI PAPRIKAŠ brez alergenov

TESTENINE brez alergenov

RDEČA PESA

/šseu: ZELENA SOLATA

KOSILO

ZELENJAVA JUHA brez alergenov

NARAVNI ZREZEK V OMAKI brez alergenov

DUŠEN RIŽ, SOLATA

ČETRTEK

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

KUHANO JAJCE (J)

brezglutenski kruh

SVEŽI KORENČEK, ČAJ

MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)

brezglutenski kruh

ČAJ, KLEMENTINE



KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO brez alergenov

MESNI POLPET NA ŽARU

KROMPIRJEVA SOLATA S KUMARAMI

KOSILO

FIŽOLOVA JUHA Z ZAKUHO brez alergenov

PECIVO brez alergenov

DOMAČ 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), kisla smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnnati 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 poizvodi **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