

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JANUAR 2025



	zajtrk	malica	kosilo
PON 6.1.	polnozrnati kruh (1) mlečni namaz (7) por sok	pomaranče	zelenjavna juha makaronovo meso kitajsko zelje
TOR 7.1.	pirin kruh (1) piščanč je prsi *skuta (7) rumena paprika	kaki	prežganka (1,3) rižota 3 žit s puranjim mesom zelena solata
SRE 8.1.	črni kruh (1) maslo (7) marmelada čaj	hruška	bistra juha z rezanci (1,3) ribja rolada (1,3,7) pire krompir (7) rdeča pesa
ČET 9.1.	koruzni kosmiči z manj sladkorja mleko (7)	banana	bistra juha s kroglicami (1,3) piščančji trakci v korenčkovi omaki kus kus pisani radič s fižolom
PET 10.1.	#bio ovseni kruh (1) čokoladno lešnikov namaz (8) čaj	jabolko	cvetačna juha skutni štruklji z drobtinami (1,3,7)

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JANUAR 2025



	zajtrk	malica	kosilo
PON 13.1.	rženi kruh (1) pašteta rdeča paprika čaj	kaki	kmečka krompirjeva juha puding (7)
TOR 14.1.	*navadni domači jogurt (7) dušene jagode pisani kruh (1,7)	banana	juha s koruznim zdrobom in naribanim korenčkom špageti lečoneze (1,3) radič z jajčko (3)
SRE 15.1.	pirin kruh (1) jajčni namaz (3,7) korenček čaj	pomaranča	zelenjavna juha pečene piščančje prsi rizi bizi kitajsko zelje
ČET 16.1.	orehov rogljiček (1,8) mleko (7)	jabolko	bistra juha z zvezdicami (1,3) golaž polenta zelena solata
PET 17.1.	kruh maslo (7) *med čaj	hruška	zelenjavna juha pečen file postrvi krompir v kosih zeljna solata

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JANUAR 2025



	zajtrk	malica	kosilo
PON 20.1.	pšenični zdrob (1) mleko (7) manj sladek kakavov posip banana	banana	bistra juha s fritati (1,3) puranji trakci v omaki z zelenjavo široki rezanci (1,3) kitajsko zelje
TOR 21.1.	*mešani kruh (1) čičerikin namaz korenček čaj	hruška	zelenjavna juha Štefani pečenka (3) pire krompir (7) pisan radič z jajčko (3)
SRE 22.1.	mini pica rdeča paprika	klementine	bistra juha z ribanci (1,3) rižota s piščančjim mesom in zelenjavo zelena solata
ČET 23.1.	makova štručka (1) žitna kava (1) jabolko	jabolko	bistra juha s koruznim zdrobom ričet (1) kruh (1) sadje
PET 24.1.	#bio rženi kruh (1) ribji namaz (7) por čaj	kaki	brokolijeva juha jabolčni zavitek (1,3)

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JANUAR 2025



	zajtrk	malica	kosilo
PON 27.1.	pirin kruh (1) skuta z bučnim oljem korenček čaj	banana	bistra juha z rižkom (1,3) mesno zelenjavna zloženska (1,3,7) kitajsko zelje
TOR 28.1.	#eko sadni jogurt pisani kruh (1) suhe slive	klementine	zelenjavna juha paniran puranji zrezek (1,3) dušeni riž solata
SRE 29.1.	črni kruh (1) suhe salame sir (7) por čaj	hruška	bistra juha z obročki (1,3) pečen file lososa pire krompir (7) rdeča pesa
ČET 30.1.	čoko kaša (7)	jabolko	zelenjavna juha piščančja stegna brez kosti in kože mlinci (1,3) rdeče zelje
PET 31.1.	# bio rženi kruh (1) topljeni sir (7) rumena paprika	kaki	bučna juha carski praženec (1,3,7) jabolčna čežana

OŠ Vuzenica/enota vrtec

JANUAR 2025



PRILOGA JEDILNIKU

Otroci imajo preko celega dne na razpolago zadostno količino pitne vode.
Kot dopoldansko oz. popoldansko malico imajo otroci na razpolago kruh od zajtrka (alergeni razvidni iz jedilnika za zajtrk) ter različno sadje in zelenjavo.
Jedi, ki so označene z lojtro (#), vsebujejo ekološko pridelana živila; jedi, ki so označene z zvezdico (*), vsebujejo živila lokalne pridelave. Ponudniki: Žvikart/med, Razbornik/kruh, Stipanič/jogurti, skuta, Kmetijska zadruga Selnica/jabolka, hruške, kis, zelje, jabolčni sok.
Pri pripravi solat uporabljamo kis z vsebnostjo sulfidov (12).
V posameznih živilih/jedeh obstaja možnost prisotnosti alergenov v sledovih (izjema so dietni obroki, kjer so postopki priprave strogo ločeni).
Dietni obroki za otroke se pripravljajo ločeno, na osnovi zdravniškega potrdila in v skladu z internimi navodili šole/vrtca. Otrokom z alergijami oz. preobčutljivostmi pripravljamo obroke z ustrezno zamenjavo jedi, ki ne vsebujejo alergenov.

SNOVI ALI PROIZVODI, KI POVZROČAJO ALERGIJE ALI

PREOBČUTLJIVOSTI. V zgornjih jedeh so lahko prisotni naslednji alergeni :

1. Žita, ki vsebujejo gluten (pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut, in proizvodi iz njih); **2.** raki in proizvodi iz njih; **3.** jajca in proizvodi iz njih; **4.** ribe in proizvodi iz njih; **5.** arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih; **6.** zrnje soje in proizvodi iz njega; **7.** mleko in mlečni proizvodi, ki vsebujejo laktozo in mlečne beljakovine; **8.** oreški: mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ter proizvodi iz njih; **9.** listna zelena in proizvodi iz nje; **10.** gorčično seme in proizvodi iz njega; **11.** sezamovo seme in proizvodi iz njega; **12.** žveplov dioksid in sulfiti; **13.** volčji bob in proizvodi iz njega; **14.** mehkužci in proizvodi iz njih.

Zaradi različnih dejavnikov, ki vplivajo na dobavo in pripravo hrane ter organizacijo dela, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

Za več informacij glede prehrane lahko pišete na: mateja.viher@osvuzenica.si

Organizatorica šol. prehrane:
Mateja Viher