



OSNOVNA ŠOLA MUTA
 ŠOLSKA ULICA 6
 TEL: 02 88 79 520
 FAX: 02 88 79 533
 E-pošta: group1.ossghmu@guest.arnes.si

JEDILNIK ZA MESEC NOVEMBER 2020 - VRTEC

	DATUM	MALICA	KOSILO
PONEDELJEK	2.11.	Bela kava, polbeli kruh, tunin namaz s porom, paprika, jabolko <i>Alergeni: gluten, laktoza, ribe</i>	Milijonska juha, polnjen puranji file s korenčkom, kus kus, kuhana mešana zelenjava na maslu, zelena solata z rukolo <i>Alergeni: gluten, jajca, list zelene, laktoza</i>
TOREK	3.11	Čaj divja češnja, rženi kruh, hrenovka, paradižnik, hruška <i>Alergeni: gluten</i>	Kokošja juha z ribano kašo, polnozrnatni špageti z mesno zelenjavno omako, zelena solata s koruzo, grški jogurt <i>Alergeni: gluten, jajca, laktoza, list zelene</i>
SREDA	4.11.	Planinski čaj z limono, polnozrnatni kruh, rezina sira, list zelene solate, kaki <i>Alergeni: gluten, laktoza</i>	Pasulj s prekajenim mesom, pudingova rezina, voda z limono I. Starostno obdobje: zelenjavna juha z mesom, pudingova rezina, voda z limono <i>Alergeni: gluten, list zelene, jajca, laktoza</i>
ČETRTEK	5.11.	Kakav, makovka, banana <i>Alergeni: gluten, laktoza, jajca, oreščki</i>	Brokolijeva juha, dušena mešanica treh žit (riž, pira ječmen) z zelenjavo, pečene piščančje krače, endivija s krompirjem, pomaranča <i>Alergeni: gluten</i>
PETEK BREZMESNI DAN	6.11	Planinski čaj z medom, sojin kruh, skutin namaz z bučnimi semeni, rdeča paprika, mandarina <i>Alergeni: gluten, laktoza, oreščki, soja</i>	Čebulna juha s kroglicami, morski list po tržaško, krompir z blitvo, zelena solata s koruzo <i>Alergeni: gluten, jajca, laktoza, g. seme, ribe</i>
PONEDELJEK	9.11.	Sadni čaj borovnica, ovseni kruh, namaz iz sardin, kumare, kaki <i>Alergeni: gluten, ribe, laktoza</i>	Koščki mesa (svinjina) z rdečo papriko in porom v omaki, njoki, zeljna solata, suho sadje (marelice, slive, brusnice) <i>Alergeni: gluten, jajca, laktoza, ž. dioksid</i>
TOREK	10.11.	Hibiskusov čaj z medom, kajzerica iz pirine moke, kuhan pršut, list zelene solate, jabolko <i>Alergeni: gluten</i>	Bučkina juha z ingverjem, kraljevski zrezek, kus kus z zelenjavo, rdeča pesa, kefir I.st. obdobje: Bučkina juha z ingverjem, dušen puranji zrezek v naravni omaki, kus kus z zelenjavo, rdeča pesa, kefir <i>Alergeni: gluten, jajca, laktoza, g. seme</i>
SREDA	11.11.	Bela kava, sirova štručka, češnjev paradižnik, mandarina <i>Alergeni: gluten, laktoza</i>	Kokošja juha z zvezdicami, pečene piščančja stegna brez kosti in kože, mlinci, dušeno rdeče zelje, pečena jabolka <i>Alergeni: gluten, jajca, list zelene, oreščki</i>

ČETRTEK	12.11.	Mleko, mešani kosmiči*, banana <i>Alergeni: laktoza, gluten, oreški</i>	Smetanova juha z ješprenjem, telečji zrezek v naravni omaki, pražen krompir, zelena solata z rukolo <i>Alergeni: gluten, laktoza</i>
PETEK BREZMESNI DAN	13.11.	Planinski čaj z limono, kruh s chia semeni, sirni namaz z zelišči, paradižnik, kivi <i>Alergeni: gluten, laktoza</i>	Zelenjavna mineštra* (krompir*, cvetača*, korenje*, koleraba, bob, prosena kaša), carski praženec, kompot iz zmrznjenega sadja <i>Alergeni: gluten, laktoza, jajca, oreščki, list zelene, v. bob</i>
PONEDELJEK	16.11.	Lipov čaj z limono, polbeli kruh brez aditivov in manj soli, jetrna pašteta, kisle kumarice, jabolko <i>Alergeni: gluten, laktoza, g. seme</i>	Kremna cvetačna juha, piščančji file po mediteransko, kruhova rulada z ajdovo kašo, zeljna solata, 100% jabolčni sok <i>Alergeni: gluten, laktoza, jajca</i>
TOREK	17.11.	Sadni čaj breskev, polnozrnat kruh, namaz iz sardin, paprika, kaki <i>Alergeni: gluten, laktoza, ribe</i>	Bograč (3 vrste mesa) z zelenjavo in krompirjem, jabolčni zavitek s skuto, voda s pomarančo <i>Alergeni: gluten, laktoza, jajca, list zelene</i>
SREDA	18.11.	Koruzna žemlja, sadni jogurt, mandarina <i>Alergeni: gluten, laktoza, oreščki</i>	Sesekljana puranja pečenka v zelenjavni omaki, gratinirana prosena kaša s sirom, mešana solata (zelena, radič, fižol, koruza) <i>Alergeni: gluten, jajca, laktoza, list zelene, g. seme</i>
ČETRTEK	19.11.	Čaj divja češnja, štručka s šunko, č. paradižnik, banana <i>Alergeni: gluten, laktoza, g. seme</i>	Kislo zelje, pečen piščančji file, kuhan fižol/krompir v kosu, kefir I.st. obdobje: Dušeno sladko zelje, pečen piščanec, krompir v kosu, kefir <i>Alergeni: gluten, laktoza</i>
PETEK	20.11.	Mleko, rženi kruh, maslo, med, jabolko TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK Sok rdeče sadje, mlečni polžek <i>Alergeni: gluten, laktoza, jajca</i>	Česnova juha s kroglicami, riba Panga v zeliščnem ovoju, jogurtov preliv, rizi bizi, zelena solata s korenčkom, pomaranča <i>Alergeni: gluten, ribe, jajca, laktoza</i>
PONEDELJEK	23.11.	Metin čaj, graham kruh, rezina sira, tris paprik*, jabolko <i>Alergeni: gluten, laktoza</i>	Juha iz kolerabice, pisane testenine, popečen puranji zrezek s kitajsko zelenjavo, zelena solata s koruzo <i>Alergeni: gluten, laktoza, jajca</i>
TOREK	24.11.	Mleko, koruzni žganci, banana <i>Alergeni: gluten, laktoza</i>	Sv. ribica polnjena s suhimi slivami, kus kus z mešano zelenjavo na maslu, kitajsko zelje s jajčko, 100 % sok <i>Alergeni: gluten, laktoza, ž. dioksid, jajca</i>
SREDA	25.11.	Otroški čaj z limono, ržena žemlja, piščančje prsi v ovoju, list zelene solate <i>Alergeni: gluten, laktoza</i>	Brokolijeva juha, rižota s piščančjim mesom in zelenjavo, jogurtovo pecivo s sadjem <i>Alergeni: gluten, laktoza, jajca</i>

ČETRTEK	26.11.	Jogurt s sadno polivko iz malin, ajdova žemlja, kivi <i>Alergeni: gluten, laktoza</i>	Krompirjev golaž* z bučko hokaido in rdečo papriko, telečja hrenovka, vanilijev puding s sirupom <i>Alergeni: gluten, laktoza, jajca, list zelene</i>
PETEK	27.11.	Čaj divja češnja, rženi kruh, umešana jajčka, rdeča paprika, pomaranča <i>Alergeni: gluten, jajca</i>	Enolončnica iz mešanih stročnic (fižol, bob, čičerika), slivovi cmoki z drobtinami, jabolčni kompot s suhimi slivami <i>Alergeni: gluten, laktoza, jajca, ž. dioksid, v. bob</i>
PONEDELJEK	30.11.	Planinski čaj, sojin copatek, rezina šunke, mocarela, list zelene solate, jabolko <i>Alergeni: gluten laktoza</i>	Goveji stroganov, široki rezanci-ajdovi, endivija z radičem v solati, vanilijev jogurt <i>Alergeni: gluten, jajca, laktoza, list zelene</i>

V jedeh, kjer je posamezno živilo označeno z zvezdico(), je uporabljeno ekološko živilo. Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano. Opomba: Otroci imajo na voljo zadostne količine pijač (malo sladkan čaj ter zdravstveno ustrezno pitno vodo). Brezmesni dan v tednu je petek.

Lokalni izdelki: otrokom ponujamo izdelke Kmetije RJAVC, Kmetije PIHLER, Kmetije Krevh, Kmetije Lužnik, Eko kmetije Dvornik, Ribogojnice Peruš.

Kuhinja si pridržuje pravico do zamenjave jedilnika. Pripravile: Betka Grubelnik, Urška Prohart, Natalija Pavalec

Ravnateljica: Anita AMBROŽ, prof.

SOLATE MESEC NOVEMBER 2020

	DATUM	MALICA
PONEDELJEK	2. 11.	Zelena solata z rukolo Alergeni: /
TOREK	3. 11.	Zelena solata s koruzo in mocarelo Alergeni: laktoza
SREDA	4. 11.	Motovilec v solati s slanino Alergeni: /
ČETRTEK	5. 11.	Endivija s krompirjem Alergeni: /
PETEK	6. 11.	Zelena solat z jogurtovim prelivom Alergeni: laktoza
PONEDELJEK	9. 11.	Zeljna solata Alergeni: /
TOREK	10. 11.	Solata z ocvrtim mesom Alergeni: laktoza, jajca, gluten
SREDA	11. 11.	Milanska solata z rukolo in paradižnikom Alergeni: gluten, g. seme
ČETRTEK	12. 11.	Stročji fižol s paradižnikom v solati Alergeni: /
PETEK	13. 11.	Solata z mocarelo, artičokami, koruzo in balzamičnim prelivom Alergeni: laktoza, g. seme
PONEDELJEK	16. 11.	Solata s piščancem in šampinjoni Alergeni: /
TOREK	17. 11.	Solata s pršutom, pinjolami in paradižnikom Alergeni: oreščki
SREDA	18. 11.	Mešana solata (zelena, radič, fižol, koruza) Alergeni: gluten
ČETRTEK	19. 11.	Kislo zelje s fižolom Alergeni: /
PETEK	20. 11.	Zelena solata s korenčkom Alergeni: /
PONEDELJEK	23. 11.	Zelena solata s paradižnikom in mocarelo Alergeni: laktoza
TOREK	24. 11.	Solata s stročjim fižolom, kumarami in češnjevimi paradižnikom Alergeni: /
SREDA	25. 11.	Mešana solata s piščančjim mesom Alergeni: laktoza
ČETRTEK	26. 11.	Zelena solata z rukolo, olivami in šampinjoni Alergeni: /
PETEK	27. 11.	Ješprenova solata z zelenjavo Alergeni: gluten
PONEDELJEK	30. 11.	Endivija z radičem v solati Alergeni: /

Pripravile: Urška Prohart, Betka Grubelnik, Natalija Pavalec

Ravnateljica: Anita AMBROŽ, prof.