



September



OSNOVNA ŠOLA
ŠMARTNO PRI SLOVENJ GRADCU

	PONEDELJEK 16. 9.	TOREK 17. 9.	SREDA 18. 9.	ČETRTEK 19. 9.	PETEK 20. 9.
MALICE	<p>POLNOZRNATA BOMBETKA 1(pšenica), 6 KUHAN PRŠUT LIST ZELENE SOLATE 100% sok z vodo</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh</i> <i>za otroke z želodčno dieto: bel kruh</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh</i></p>	<p>MAKOVKA 1 (pšenica), 7 BELA KAVA 1 (ječmen), 7 SADJE</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietni rogljiček</i> <i>za otroke z laktozno intoleranco: dietni rogljiček, bela kava brez laktoze</i></p> <p><i>Sladkorna bolezen: polnozrnat rogljiček, bela kava brez sladil</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, laktozno intoleranco, jajce in oreščke: dietni rogljiček, rastlinska bela kava</i></p>	<p>PIRIN KRUH EKO 1 (pšenica), 6 LCA SADNI JOGURT BREZ SLADKORJA 7 JABOLČNI ČIPS/SADJE SŠZ</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh</i> <i>za otroke z želodčno dieto: bel kruh</i> <i>za otroke z laktozno intoleranco: jogurt brez laktoze</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: veganski jogurt</i></p> <p>BREZMESNI DAN</p>	<p>POLNOZRNATI PIRIN ZDROB NA MLEKU 1 (pira), 7 CIMETOV POSIP BANANA</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: rižev zdrob</i> <i>za otroke z želodčno dieto: zdrob brez sladkorja</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, laktozno intoleranco, jajce in oreščke: rižev zdrob z rastlinskim mlekom</i></p>	<p>ŠOLSKA PIŠČANČJA PASTETA IK 7, 9 POLNOZRNAT KRUH SVEŽE KUMARE ŠSZ/SADJE SADJE</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh</i> <i>za otroke z želodčno dieto: bel kruh</i> <i>za otroke z laktozno intoleranco: pašteta brez mlečnin</i> <i>sladkorna bolezen: polnozrnat kruh</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: pašteta brez mlečnin</i></p>
KOSILO	<p>BREZMESNA JOTA 1 (pšenica), 9 DOMAČ POLNOZRNAT KRUH 1 (pšenica, rž) SKUTINI ŠTRUKLJI 1 (pšenica), 3, 6,7,8, 11 KOMPOT</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietna jota, ajdovi štruklji Lincer</i> <i>za otroke z želodčno dieto: dietna jota, bel kruh, štruklji brez sladkorja, nesladkan kompot</i> <i>Sladkorna bolezen: dietna jota, jabolčna pita Lincer, kompot brez slad.</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, laktozno intoleranco, jajce in oreščke: dietni štruklji Lincer</i></p>	<p>CVETAČNA JUHA 1(pšenica), 7, 9 PEČEN PIŠČANEC IK 9 KUS KUS Z ZELENJAVO ZELENA SOLATA S KORUZO 12</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietna juha, krompir</i> <i>za otroke z laktozno intoleranco: dietna juha</i> <i>sladkorna bolezen: dietna juha, polnozrnat kus kus</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietna juha</i></p>	<p>PAŠTA FIŽOL Z ZELENJAVO 1 (pšenica),3, 9 KORUZNI KRUH 1(pšenica), 6 JABOLČNI ZAVITEK EKO 1(pšenica), 3, 7 100% SOK Z VODO</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietna enolončnica, brezglutenski kruh, dietna pita Lincer</i> <i>za otroke z želodčno dieto: bel kruh, dietni jabolčni zavitek</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, laktozno intoleranco, jajce in oreščke: dietni jabolčni zavitek</i></p>	<p>SVINJSKI MEDALJONI V GOBOVI OMAKI 1 (pšenica), 9, KRUHOVA RULADA 1(pšenica), 3, 6, 7, 9 ZELJNA SOLATA S KROMPIRJEM EKO 12 100 % SOK Z VODO</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietna dietna omaka, dietni cmoki Lincer</i> <i>Sladkorna bolezen: dietna omaka</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, laktozno intoleranco, jajce in oreščke: dietni cmoki Lincer</i></p>	<p>PREŽGANKA 1 (pšenica), 3 PEČEN LOSOSOV FILE 4, 9 POLENTA S SIROM IN ZAČIMBAMI 7, 9 SEZONSKA SOLATA 12 EKO</p> <p><i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: juha z riževim zdrobom</i> <i>za otroke z laktozno intoleranco: polenta z veganskim sirom</i> <i>sladkorna bolezen: polnozrnat polenta na belo s sirom</i> <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: juha brez jajčke, polenta z veganskim sirom</i> <i>Za otroke z alergijo na ribe: piščančje nabadalo</i></p>

IK izbrana kakovost (slovenska pridelava in predelava)

EKO ekološka vzreja in pridelava

ŠSZ in ŠM šolska shema sadja, zelenjava in mleka

* lokalna predelava

** Jed je bila pripravljena v šoli iz osnovnih sestavin



Legenda alergenov k jedilniku:

- Žita, ki vsebujejo gluten (pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste in proizvodi iz njih);
 - raki in proizvodi iz njih;
 - jajca in proizvodi iz njih;
 - ribe in proizvodi iz njih;
 - arašidi in proizvodi iz njih;
 - zrnje soje in proizvodi iz njega;
 - mleko in mlečni proizvodi z vsebnostjo laktoze;
 - oreški (mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ali orehi Queensland ter proizvodi iz njih);
 - listna zelena in proizvodi iz nje;
 - gorčično seme in proizvodi iz njega;
 - sezamovo seme in proizvodi iz njega;
 - žveplovi dioksid in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂;
 - volčji bob in proizvodi iz njega;
 - mehkušci in proizvodi iz njih.
- Sled. – alergeni v sledovih