



September



OSNOVNA ŠOLA
ŠMARTNO PRI SLOVENJ GRADCU

	PONEDELJEK 23. 9.	TOREK 24. 9.	SREDA 25. 9.	ČETRTEK 26. 9.	PETEK 27. 9.
MALICE	<p>BIO PIRIN KRUH 1 (pšenica) PIŠČANČJA PRSA V OVOJU, SIR 7 SVEŽA PAPRIKA ŠSZ/ SADJE HIBISKUSOV ČAJ</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: kruh brez glutena za otroke z laktozno intoleranco: sir brez laktoze Sladkorna bolezen: polnozrnatih kruh Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh za otroke z alergijo na kravje mleko: malica brez mlečnin Za učence z želodčno dieto: beli kruh</p>	<p>ŽEPEK S PIŠČANČJIM NADEVOM 1 (pšenica), 3,6,7,8,11,12 100% JABOLČNI SOK Z VODO EKO SADJE</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten, laktozno intoleranco, alergijo na kravje mleko: kruh brez glutena ali dietni kruh, piščančja prsa, paprika Sladkorna bolezen: polnozrnatih kruh, piščančja prsa, paprika Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh, piščančja prsa, paprika Za otroke z želodčno dieto: beli kruh, piščančja prsa, paprika</p>	<p>TEMNA KRALJEVA ŠTRUČKA S SEZAMOM 1 (pšenica, rž), 3,6,8 (sled.),11 PROBIOTIČNI JOGURT 7 GROZDJE</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietni rogljiček za otroke z laktozno intoleranco: jogurt brez laktoze Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh, jogurt brez laktoze Za otroke z alergijo na kravje mleko: veganski kokosov jogurt Za otroke z želodčno dieto: mlečni rogljiček</p>	<p>BIO OVSENI KRUH 1 (pšenica, oves) ŠOLSKE JAJČNE NAMAZ 3,7 RDEČA REDKVICA/JABOLKO IK NESLADKAN SADNI ČAJ</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh za otroke z laktozno intoleranco: jajčni namaz brez laktoze Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh, veganski namaz Za otroke z alergijo na kravje mleko: jajčni namaz brez mlečnin Za sladkorno bolezen: polnozrnatih kruh Za otroke z želodčno dieto: beli kruh</p>	<p>DOMAČ RŽENI KRUH 1 (rž) MASLO 3 MALINOVA MARMELADA BREZ DODANEGA SLADKORJA EKO ČAJ / MLEKO 7ŠM</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh za otroke z laktozno intoleranco: maslo brez laktoze/mleko brez laktoze Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: vegansko maslo/rižev napitek Za sladkorno bolezen: polnozrnatih kruh Za otroke z želodčno dieto: beli kruh</p> <p>BREZMESNI DAN</p>
KOSILO	<p>PIŠČANČJA OBARA Z ŽLIČNIKI IK 1 (pšenica), 3,9 MARMORNI KOLAČ 1,3,7 KOMPOT IK</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietna juha, marmorni kolač brez glutena za otroke z laktozno intoleranco: dietni marmorni kolač Sladkorna bolezen: polnozrnatih žličniki, dietni kolač Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietna juha, dietno pečico Za otroke z alergijo na kravje mleko: dietni kolač brez mlečnin Za učence z želodčno dieto: kolač brez sladkorja s sadjem</p>	<p>KOSTNA JUHA Z ZVEZDICAMI 1 (pšenica), 3,9 ŠPINAČA 1,7,9 PIRE KROMPIR 7 UMEŠANA JAJČKA 3 100% SADNI SOK REDČEN Z VODO</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: kostna juha z vlivanci brez glutena, dietna špinača za otroke z laktozno intoleranco: špinača in pire krompir brez mlečnin Sladkorna bolezen: dietna špinača Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: kostna juha s puntoni, špinača in pire krompir brez mlečnin, zelenjavni pišpet Za otroke z alergijo na kravje mleko: špinača in pire krompir brez dodanih mlečnin</p>	<p>ČEBULNA BRŽOLA Z GOVEJIM MESOM EKO 1 (pšenica), 9 POLNOZRNATI SVEDRČKI 1 (pšenica), 3,6 sled., 10 sled. ZELENA SOLATA S KORUZO 12 NARAVNA LIMONADA</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietna omaka in testenine brez glutena Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietna omaka, dietne testenine</p>	<p>DOMAČA BUČKINA JUHA Z BUČNIMI SEMENI 9 PIŠČANČJI ZREZKI 1 (pšenica), 3 IK RIZI BIZI 9 ZELJNA SOLATA EKO 12</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: pariški zrezek z moko brez glutena Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: pačen pišč. zrezek</p>	<p>ČESNOVA JUHA S PROSENO KAŠO 1 (pšenica), 7,9 FILE OSLICA 4 KROMPIRJEVA SOLATA S POROM 10,12 EKO 100% SOK REDČEN Z VODO</p> <p>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: česnova juha brez glutena Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: česnova juha brez mlečnin Učenci z alergijo na ribe: zelenjavni kanelon</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