

Januar



OSNOVNA ŠOLA
ŠMARTNO PRI SLOVENJ GRADCU

	PONEDELJEK 27. 01.	TOREK 28. 01.	SREDA 29. 01.	ČETRTEK 30. 01.	PETEK 31. 01.
MALICA	VIKEND KRUH 1(PŠENICA),6 MLEČNI NAMAZ Z DROBNJAKOM 7 KORENČEK 100% SADNI SOK Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh za otroke z laktozno intoleranco, za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh, violife veganski namaz z zelišči Za sladkorno bolezen: polnozrnat kruh, Za otroke z želodčno dieto: beli kruh	MEŠANI RŽENI KRUH 1(PŠENICA, RŽ) EKO SUHA DOMAČA SALAMA 12 LIST ZELENE SOLATE SŠZ/HRUŠKE ZELIŠČNI ČAJ Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh za otroke z laktozno intoleranco, za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh Za sladkorno bolezen: polnozrnat kruh, Za otroke z želodčno dieto: beli kruh, piščančja prsa	KORUZNI KRUH 1(PŠENICA),6 MASLO 7 IK MALINOVA MARMELADA BREZ DODANEGA SLADKORJA BIO JABOLKO MLEKO 7 Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh za otroke z laktozno intoleranco, alergijo na mleko, jajce in oreščke: vegansko maslo, rastlinsko mleko Za sladkorno bolezen: polnozrnat kruh, dietetična marmelada Za otroke z želodčno dieto: beli kruh <i>brezmesni dan</i>	SIROVA ŠTRUČKA 1(PŠENICA),7,3 SADNI ČAJ JABOLČNI SUHI KRHLJI KLEMENTINE ŠSS Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh, rezina sira za otroke z laktozno intoleranco, alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh, veganski sir Za sladkorno bolezen: polnozrnat kruh, rezina sira Za otroke z želodčno dieto: beli kruh, lahki sir	BIO MLEKO 7 KORUZNI KOSMIČI 1(PŠENICA, JEČMEN),6,8 SLED. PISANI KRUH 1(PŠENICA), 6 BANANA Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh, dietni kosmiči za otroke z laktozno intoleranco: mleko brez laktoze, dietni kruh Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: veganski napitek, dietni kruh, dietni kosmiči Za sladkorno bolezen: polnozrnat kosmiči brez sladkorja, črni kruh Za otroke z želodčno dieto: beli kruh, mleko z manj maščob
KOSILO	PIŠČANČJA OBARA Z ŽLIČNIKI IK 1(PŠENICA),9 ŽEMERLI POKERLI (KRUHOV NARASTEK S SADJEM) 1(PŠENICA),7,3 100% SADNI SOK RAZREDČEN Z VODO Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: obara brez podmeta, kolački brez glutena Za otroke z laktozno intoleranco, z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kolački s sadjem za sladkorno bolezen: dietni kolački z marmelado brez sladkorja	ČUFTI V PARADIŽNIKOVI OMAKI 1(PŠENICA) EKO PIRE KROMPIR 7 ANANAS Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: omaka brez glutena Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: čufti brez jajčke, pire krompir brez mlečin za sladkorno bolezen: omaka brez moke in sladkorja	CVETAČNA JUHA Z ZLATIMI KROGLICAMI 1(PŠENICA),3,7 TUNINA POLIVKA 1(PŠENICA),4 POLNOZRNATI METULJČKI 1(PŠENICA),3 MEŠANA SOLATA 12 Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten, : dietna juha, testenine brez glutena laktozna intoleranca, alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietna juha brez mlečin in jajc, dietne testenine, polivka brez mlečin Za sladkorno bolezen: dietna juha Za učence z alergijo na ribe: sirnova polivka	SEGEDIN GOLAŽ 1(PŠENICA) POLENTA 7 VANILJEV/ČOKOLADNI PUDING 1(PŠENICA),7 Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: segedin brez podmeta Za otroke z laktozno intoleranco, alergijo na mleko, jajce in oreščke: veganski puding	KOKOŠJA KOSTNA JUHA Z ZAKUHO IK 1(PŠENICA),9 PIŠČANEC V SMETANOVI OMAKI IK 1(PŠENICA) 7,9 KUS KUS 1(PŠENICA),9 ZELJNA SOLATA S KROMPIRJEM 12 Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten, : dietna juha, njoki brez glutena alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietna juha, piščanec v naravnih omaki, dietni njoki Za sladkorno bolezen: dietna juha, piščanec v naravnih omaki, polnozrnat testenine

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

ŠOLSKA
SHEMA
Evropske unije



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 dioksidi in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂;
 - volčji bob in proizvodi iz njega;
 - mehkužci in proizvodi iz njih.
- Sled. – alergeni v sledovih