

JEDILNIK MAJ 2025

DAN	DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK	5.5.	mleko, koruzni kosmiči, sadje <i>gluten-ječmen, mleko</i>	bela kava, navihanček s chia semeni in nadevom, suho sadje <i>gluten-pšenica, mleko, soja, oreščki</i>	prežganka, puranji paprikaš, polnozrnat kus-kus, zelena solata s koruzo <i>mleko, gluten-pšenica, rž, soja, jajca</i>	čaj, kruh, ribji namaz, sadje <i>gluten-pšenica, mleko, riba</i>
TOREK	6.5.	čaj, omleta, sadje <i>gluten-pšenica, mleko, jajca</i>	čaj, kruh iz kmečke peči, lečin namaz, paradižnik, EU:jagode <i>gluten-pšenica, rž, mleko, soja</i>	segedin s svinjskim mesom, polenta, sladoled <i>gluten-pšenica, jajca, mleko</i>	mleko, sirova štručka, sadje <i>gluten-pšenica, rž, mleko, soja</i>
SREDA	7.5.	čaj, kruh, medeni namaz, sadje <i>gluten-pšenica, mleko, med</i>	piščančja - zelenjavna obara, kornzpitiz, hruška <i>gluten-pšenica, mleko, mak, zelena</i>	korenčkova juha, svinjska ribica, ajdova kaša, paradižnik v solati <i>mleko, gluten-pšenica</i>	jabolčna čežana, grisinini <i>gluten-pšenica, rž, mleko</i>
ČETRTEK	8.5.	mlečna prosena kaša, sadje <i>gluten-proso, pšenica, mleko</i>	čaj, polnozrnat kruh, čokoladni namaz, jabolko <i>gluten-pšenica,rž, mleko,</i>	čufti, pire krompir, zelena solata s koruzo, pomaranča <i>gluten-pšenica, jajca, mleko</i>	kefir, žemlja, sadje <i>gluten-pšenica, mleko</i>
PETEK	9.5.	čaj, temna borovničeva palčka, sadje <i>gluten-pšenica, rž, oves, mleko, jajca, soja</i>	kamut khorasan zdrob na mleku, mleti lešniki, banana <i>gluten-pšenica, kamut, mleko</i>	špargljeva juha, pečena orada, krompirjeva solata s kumarami, kivi <i>mleko, gluten-pšenica</i>	čaj, kruh, bučni namaz, sadje <i>mleko, gluten-pšenica, med</i>
BREZMESNI DAN					
PONEDELJEK	12.5.	čaj, kruh, rezina sira, zelenjava <i>gluten-pšenica, mleko</i>	domač jagodni jogurt, mešani kosmiči, lešniki in suho sadje <i>gluten-pšenica,koruz,a,oves, mleko, lešniki</i>	sojin polpet, špinača, pire krompir, banana <i>mleko, gluten-pšenica</i>	kompot, fit štručka <i>gluten-pšenica, rž, oves, ječmen, soja, sezam,mleko</i>
TOREK	13.5.	čaj, jajčka, kruh, sadje <i>gluten-pšenica, mleko, jajca</i>	čaj, kruh iz kmečke peči, tunin namaz, paprika <i>gluten-pšenica, riba, mleko</i>	lečina iuha, svinjski zrezek po vrtnarsko, kruhove rezine, paradižnikova solata <i>gluten-pšenica, mleko</i>	čaj, kruh, medeni namaz, sadje <i>gluten-pšenica, mleko, med</i>
SREDA	14.5.	kakav, makovka, sadje <i>gluten-pšenica, rž, mleko, soja</i>	mlečni riž, hruška, lešniki <i>gluten-pšenica, mleko, jajca, sezam</i>	juha z ribano kašo, piščančji ražnjiči, pražen krompir, kumare v solati <i>gluten-pšenica, jajca, mleko, zelena</i>	voda, skutini štruklji, sadje <i>gluten-pšenica, mleko, jajca</i>
ČETRTEK	15.5.	mlečni proseni zdrob, sadje <i>gluten-proso, pšenica, mleko</i>	čaj, polnozrnat kruh, domač namaz iz eko jajc, paradižnik, EU:češnje <i>gluten-pšenica,rž, mleko, jajca</i>	porova juha, polnozrnatii špageti z govejo bolonjsko omako, rdeča pesa <i>gluten-pira, pšenica, mleko, jajce</i>	limonada, kruh, piščančje prsi ,sadje <i>gluten-pšenica</i>
PETEK	16.5.	čaj, kruh, čičerikin namaz, sadje <i>gluten-pšenica, mleko, med</i>	čaj, kmečka žemlja, piščančja prsa, kumare, jagode <i>gluten-pšenica,rž, soja</i>	enolončnica s čičeriko, krompirjem in teletino, rženi kruh, polnozrната domača jabolčna pita <i>gluten-pšenica,rž, mleko, jajca</i>	mleko, koruzni kosmiči, sadje <i>gluten-ječmen, mleko</i>
PONEDELJEK	19.5.	mlečni riž, sadje <i>mleko</i>	limonada, jabolčni burek, lešniki in suho sadje <i>gluten-pšenica, pira</i>	česnova juha, rižota s piščančjim mesom in zelenjavo, paradižnik v solati <i>mleko, gluten-pšenica</i>	čaj, kruh, mesno-zelenj. namaz, sadje <i>gluten-rž,pšenica,soja</i>
TOREK	20.5.	čaj, kruh, lečin namaz, sadje <i>gluten-pšenica, mleko</i>	bela kava, polenta, banana <i>mleko</i>	polnozrnatii svedrčki, zelenjavna polivka s tuno, rdeča pesa, jabolko <i>gluten-pšenica, jajce, mleko</i>	sadna skuta, riževi vafli <i>mleko</i>
BREZMESNI DAN					
SREDA	21.5.	čaj, kruh, ribji namaz, sadje <i>gluten-pšenica, mleko, riba</i>	mleko, ajdov kruh, sir, kumare, EU:češnje <i>gluten-pšenica, soja, mleko</i>	bograč, carski praženec, limonada <i>gluten-pšenica, ajda, mleko, jajca, zelena, soja</i>	limonada, kruh, šunka v ovitku, sadje <i>gluten-pšenica, rž, pira, soja</i>
ČETRTEK	22.5.	jogurt, žemlja, sadje <i>gluten-pšenica, mleko</i>	čaj, polnozrnat kruh, pašteta, paradižnik <i>gluten-pšenica, rž, mleko</i>	juha s fritati, kuhana govedina, bučke v omaki, pražen krompir, hren, sladoled <i>mleko, gluten-pšenica, jajca</i>	voda, palačinke, sadje <i>mleko, gluten-pšenica,pira, jajca</i>
PETEK	23.5.	limonada, pica, sadje <i>gluten-pšenica,rž, pira</i>	100 % jabolčni sok, kruh iz kmečke peči, čičerikin namaz, paprika, jagode <i>gluten-pšenica,rž, mleko, soja</i>	puranja pleskavica, bulgur s korenčkom, endivja s koruzo, limonada <i>citrusi, gluten-pšenica, pira, jajca, mleko</i>	čaj, kruh, jajčni namaz, sadje <i>gluten-pšenica, jajce, mleko</i>
PONEDELJEK	26.5.	čaj, kruh, jajčni namaz, sadje <i>gluten-pšenica, jajce, mleko</i>	makova pletenka, domači sadni kefir, jabolko lešniki <i>gluten-pšenica, mleko, mak</i>	gobova juha, teletina v omaki, rženi njoki, kumarična solata <i>gluten-pšenica,rž jajca, mleko</i>	voda, temni žeppek, sadje <i>gluten-pšenica,rž, mleko, soja</i>
TOREK	27.5.	domač čokolešnik z mlekom, jabolko <i>gluten-oves,pšenica, mleko, lešniki</i>	čaj, ovseni kruh, ribji namaz, paprika, jagode <i>gluten-pšenica,ovse, riba, mleko</i>	grahova juha, piščančji hrustavčki, pražen krompir, rdeča pesa <i>mleko, gluten-pšenica, jajca</i>	limonada, kruh, rezina sira, zelenjava <i>gluten-pšenica, mleko</i>
SREDA	28.5.	čaj, pirini palačinke, sadje <i>mleko, gluten-pšenica,pira, jajca</i>	mlečni pirini zdrob z mletimi lešniki, banana <i>gluten-pira, pšenica, mleko, lešniki</i>	govedina golaž, polenta, rdeča pesa, smuti <i>gluten, mleko, gorčično seme, listna zelena, jajca</i>	čaj, kruh, lečin namaz, sadje <i>gluten-pšenica, mleko</i>
ČETRTEK	29.5.	kefir, žemlja, sadje <i>gluten-pšenica, mleko</i>	limonada, kornzpitiz, eko jajčka, paradižnik, <i>gluten-pšenica rž,soja,rž jajca</i>	zelenjavna mineštra s stročnicami, ovseni kruh, pirine krpice z makom in orehi, kompot <i>gluten-pira, rž, pšenica,oves, mleko, jajce</i>	jogurt, žemlja, sadje <i>gluten-pšenica, mleko</i>
BREZMESNI DAN					
PETEK	30.5.	čaj, kruh, bučni namaz, sadje <i>gluten-pšenica, mleko, riba</i>	čaj, rogljiček s šunko in sirom, kumare <i>gluten-pšenica, mleko, jajca</i>	pečen losos v smetanovi omaki, pire krompir, zelena solata s čičeriko, jabolko <i>mleko, gluten-pšenica</i>	smuti, pletenica <i>gluten-pšenica,rž, pira, mleko</i>

LEGENDA	Stročnice so hranilno izjemno bogata živila, saj poleg kompleksnih ogljikovih hidratov vsebujejo še dober delež beljakovin, prehranskih vlaknin, vitamine B kompleksa ter železo, baker, cink, magnezij, mangan in fosfor. V jedilniku so označene, tako, da so podčrtane.	
	EKO ALI LOKALNO PRIDELAVA ŽIVILA	Zaradi objektivnih razlogov, lahko pride do spremembe jedilnika.
	ŠOLSKA SHEMA SADJA IN ZELENJAVE	Pri zajtrku in popoldanski malici je na voljo dnevni kruh.
	OBROK Z RIBO	V solatah je prisoten žveplov sulfid, ki se nahaja v kisu.

PRIPRAVILA: Anja Prkič