



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

JEDILNIK MESEC JANUAR 2023 - ŠOLA

	DATUM	MALICA	KOSILO
PONEDELJEK	2. 1.	PRAZNIK	
TOREK	3. 1.	Tekoči navadni jogurt iz lokalne pridelave, polivka iz jagod, ovsena žemlja, banana Alergeni: laktoza, gluten (pšenica, oves)	Kolerabina kremna juha, široki rezanci z dodatkom špinacije, popečene kocke piščanca s korenčkom in papriko, endivija s krompirjem Alergeni: gluten (pšenica), jajca, laktoza
SREDA	4. 1.	Šipkov čaj z limono, štručka hot dog, hrenovka, paradižnik, kečap Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, gorčično seme Dodatno iz Šolske sheme EU: JABOLKO	Segedin, krompir v kosu, kefir Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
ČETRTEK	5. 1.	Sadni čaj borovnica, polnozrnat kruh, ribji namaz, rezine korenčka, klementina Alergeni: gluten (pšenica), ribe, laktoza	Ričet s prekajenim mesom in zelenjavo, rezina polnozrnatga kruha, jafa rezine Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, list zelene, jajca
PETEK BREZMESNI DAN	6. 1.	Pirin zdrob na mleku, kakav za posip, banana Alergeni: laktoza, gluten (pšenica, pira), oreški	Kus kus z zelenjavno omako, sojin polpet, zelena solata s korenčkom, sok Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
PONEDELJEK	9. 1.	Planinski čaj, polnozrnat hlebček, rezina šunke, list zelene solate, jabolko Dodatno iz Šolske sheme EU: Skuta, paprika, korenček Alergeni: gluten (pšenica, rž), laktoza	Boranja s puranjim mesom, polenta, endivija in radič v solati Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, list zelene
TOREK	10. 1.	Bezgov čaj, polbeli kruh brez aditivov in manj soli, tunin namaz s kisló smetano, kisle kumarice, kivi Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, ribe	Česnova juha, zelenjavna rižota s sv. mesom (paprika, por, korenje, grah), zeljna solata s krompirjem, domača limonada Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
SREDA	11. 1.	Mleko, rženi kruh, maslo, med Alergeni: gluten (pšenica, rž), laktoza Dodatno iz Šolske sheme EU: JABOLKO	Piščančji medaljončki po cigansko, kruhova rulada z ajdovo kašo, radič s fižolom Alergeni: jajca, laktoza, gluten (pšenica), l. zelene

ČETRTEK	12. 1.	Grški jogurt, sojin kruh, mandarina Alergeni: laktoza, gluten (pšenica, soja)	Goveja* juha z zvezdicami, goveji* zrezek v naravni omaki, testenine*, zelena solata z lečo Alergeni: gluten (pšenica), list zelene, jajca, laktoza
PETEK BREZMESNI DAN	13. 1.	Mleko, mešani kosmiči*, banana Alergeni: laktoza, gluten (pšenica), oreščki	Prežganka, pire krompir s korenčkom, ribja štruca, zelena solata s čičeriko Alergeni: gluten (pšenica), jajca, laktoza, ribe
PONEDELJEK	16. 1.	Planinski čaj, graham kruh, kislá smetana, džem borovnica, jabolko Dodatno iz Šolske sheme EU: MLEKO Alergeni: laktoza, gluten (pšenica, rž)	Kremna bučkina juha, piščančji trakci v omaki, mlinci, rdeča pesa Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, g. seme
TOREK	17. 1.	Koruzni močnik, kakav za posip, banana Alergeni: laktoza, gluten (pšenica)	Bistra zelenjavna juha z zakuho, špageti z bolonjsko* omako, zelena solata s koruzo Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
SREDA	18. 1.	Sadni čaj divja češnja, graham kruh, salama Poli, list zelene solate, Alergeni: gluten (pšenica) Dodatno iz Šolske sheme EU: JABOLKO	Brokolijeva juha, puranje kocke z dušeno zelenjavno omako (nariban korenček, bučke), kus kus, zelena solata z mocarelo Alergeni: gluten (pšenica), jajca, list zelene, laktoza
ČETRTEK	19. 1.	Lipov čaj, pirin kruh, rezini sira, rezine korenčka, mandarina Alergeni: gluten (pšenica, pira), laktoza, gorčično seme	Pretlačen krompir, pečena sv. ribica, zeljna solata s krompirjem Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
PETEK BREZMESNI DAN	20. 1.	Bela kava, orehov rogljiček, kaki Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, oreščki	Porova juha s kroglicami, dušen riž/bulgur z naribanim korenčkom, riba (repak) v koruznem ovoju, zelena solata s čičeriko Alergeni: gluten (pšenica), ribe, laktoza, jajca
PONEDELJEK	23. 1.	Planinski čaj z medom, mešani kruh, sirni namaz, paprika, pomaranča Dodatno iz Šolske sheme EU: Mleko Alergeni: gluten (pšenica), laktoza	Bograč (teletina, piščanec, svinjina) z zelenjavo, bananin kolač Alergeni: gluten (pšenica), list zelene, jajca, laktoza
TOREK	24. 1.	Sok rdeče sadje, makaronovo meso* z zelenjavo, sojin kruh, banana Alergeni: gluten (pšenica, soja), jajca	Piščančji zrezek v naravni omaki, dušen riž, endivija s krompirjem Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene
SREDA	25. 1.	Sadni čaj borovnica, ovsena žemlja, kuhan pršut, list zelene solate, mocarela Alergeni: gluten (pšenica, ovse), laktoza Dodatno iz Šolske sheme EU: JABOLKO	Cvetačna juha, pečena sv. riba s korenčkom, kus kus, rdeča pesa Alergeni: gluten (pšenica), laktoza

ČETRTEK	26. 1.	Vanilijev jogurt, ajdov kruh, banana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza	Čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, zelena solata s koruzo Alergeni: gluten, laktoza, jajca, list zelene
PETEK BREZMESNI DAN	27. 1.	Sadni čaj jagoda, rženi kruh, ribji namaz, paprika, kivi Alergeni: gluten (pšenica, rž), laktoza, ribe	Fižolova juha z zelenjavo, palačinke z marmelado, kompot iz zamrznjenega sadja Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
PONEDELJEK	30. 1.		Brokolijeva juha, testenine s puranjim mesom in zelenjavo, zelena solata Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
TOREK	31. 1.		Krompirjev golaž s cvetačo in z govedino, jabolčna rezina s smetano Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca

***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 (nesladkan čaj ter zdravstveno ustrezno pitno vodo). Brezmesni dan v tednu je petek.

Kuhinja si pridržuje pravico do zamenjave jedilnika.

Pripravile: Urška Prohart, Ivanka Matičko, Natalija Pavalec

Ravnateljica: Anita Ambrož, prof.

DOBER TEK!