JEDILNIK OKTOBER 2020 - OŠ MAJŠPERK

DAN	ZAJTRK	DOPOLDANSKA MALICA	KOSLO	OPOLDANSKA MALICA
1. 10. 2020	Carski praženec (1,2,3), čaj z medom	Kifelj iz kvašenega testa z nadevom* (1,2,3,8), bela žitna kava (3,8)	Kostna juha z zelenjavo (1,2,12), pečena svinjska rebrca, pražen krompir, solata paradižnik/kumare, paprika*	Sendvič z žemljo/ piščančja šunka, sir (1,3,11), 100% razredčen sok
2. 10. 2020	Mleko (3), kosmiči (1), sadje	Bambi kruh (1,2,3), zelenjavna solata s salamo (11)	Puranji zrezek v omaki (1), krompirjevi svaljki (1,2,3), zelena solata*, paradižnikova solata*	Kruh koruzni (1), maslo z medom (3), hruška
5. 10. 2020 **Brezmesni dan**	Mala žemlja (1), kakav (3,8), jabolka	Štručka s sirom in salamo* (1,11,3), čaj z limono, sadje	Grahova juha (12), rižota z zelenjavo, zelena solata s čičeriko*/koruzo, jogurt (3)	Kruh (1), tunina v olju (4), 100% razredčen sok
6. 10. 2020	Ajdov kruh (1), maslo (3), marmelada, čaj z medom*	Mlečni riž (3), koruzni kruh (1), žitna rezina musli/jagoda/malina 25g (1,3)	Kumarična juha(1), čevapčiči(11), pečen krompir*, mešana solata (paradižnik, paprika)	Štručka s sezamom (1,8), kefir (3)
7. 10. 2020	Pletena štručka (1,2,3), mleko (3), grozdje	Palačinka z marmelado (1,2,3), bio mleko*, **jabolka ****	Bučkina juha (3), makaronovo meso (1,2), zelena solata s fižolom	Burek ajdov s skuto (1, 2, 3, 8), razredčen sok
8. 10. 2020	Črn kruh (1), rezine piščančje salame (11), čaj z limono	Žemlja (1), jogurt stracciatella*	Kostna juha s svežo zelenjavo (12), ocvrt piščančji koket(1,2), riž z zelenjavo, mešana solata	Kruh (1), rezine sira (3), mleko (3)
9. 10. 2020	Črn kruh (1), hrenovk (11), zeliščni čaj	Domači kmečki kruh* (1), kuhan pršut (11), sir (3), sveža zelenjava, čaj z limono	Piščančji paprikaš (1,12), vlita gibanica (1,2,3)	Makova štručka (1,2,3,8), jogurt (3)
12. 10. 2020	Črn kruh (1), piščančja salama (11), čaj z limono, sadje	Kruh s semeni(1,8,9), maslo z medom*, čaj z medom*, slive ringlo(kašica)	Piščančja obara z žličniki (12,1,2), mafin (1,2,3), banana	Francoski rogljiček (1,2,3,8), sadje
13. 10. 2020	Mlečni eko pirin zdrob* (1,3)	Bela žitna kava (3,8), makova/ mlečna pletena štručka (1,3,8), grozdje	Goveji zrezek v gobovi omaki (12,1), kruhovi cmoki (1,2,3), zelena solata s koruzo, jogurt (3)	Tuna v oljčnem olju/tuna v zelenjavi (4), črn kruh (1), 100% razredčen sok
14. 10. 2020	Pečena jajčka (2), kruh bambi (1), zeliščni čaj, grozdje	Ovseni kruh (1), hrenovka (11), gorčica (10), planinski čaj, **jabolka****	Čufti v omaki (1), pire krompir (3), sladoled (lučka) (3,8)	Fit kraljeva štručka (1,2,3), sladoled (3)
15. 10. 2020 **Brezmesni dan**	Ajdov kruh (1), alpski sir (3), bela žitna kava (3,8), sadje	Črni kruh(1), čokoladni namaz (3,8), mleko*(3), hruška	Porova juha (3), krompirjeva solata, ocvrta riba (1,2,4)	Skutin/jabolčni burek (1,2,3), 100% sok razredčen
16. 10. 2020 **Svetovni dan hrane**	Črn kruh (1), maslo (3), med*, mleko (3), hruška	Črn kruh(1), mesno-zelenjavni namaz (3,11), sadni čaj, banana	Kostna juha z rezanci (1,2,12), pečene perutničke, tri barvni riž (rjavi riž, kvinoja, ajda) (1), zelena/radič solata	Sendvič s puranjo šunko/ sirom in zelenjavo (1,3,11), 100 % razredčen sok
19. 10. 2020	Koruzni kruh (1), pašteta (11), planinski čaj, jabolka*	Črni kruh(1), poli salama(11), sir(3), zeliščni čaj, grozdje	Cvetačna juha (3), rižota z mesom, rdeča pesa	Palačinka z marmelado (1,2,3), jabolka

20. 10. 2020	Mlečni riž (3), suho sadje	Koruzni kruh, skuta s sadjem(3), mleko*(3), sadje	Stročji fižol v mesni omaki (1), jogurtovo pecivo (1,2,3)	Lepinja(1), piščančja pleskavica(11), zelenjava, sok
21. 10. 2020	Kruh pirin (1), čokoladni namaz (8,3), zeliščni čaj, breskev	Pirin kruh(1), pečena jajčka s puranjo šunko (2,11), zeliščni čaj, **jabolka****	Bistra juha z zelenjavo (12), sladko dušeno zelje, hrenovka (11), pire krompir (3),	Žepek iz listnatega testa s sadnim nadevom(1,2,3), grozdje
22. 10. 2020 **Brezmesni dan**	Mleko (3), mlečni polžek* (1,2,3), grozdje	Mleko(3), koruzni kosmiči/ čokoladni kosmiči (8), hruška	Zelenjavna juha (12), jagodni cmoki (1,2,3), mešan kompot	Koruzna bombetka (1), grški jogurt (3)
23. 10. 2020	Narezana pletena štručka (1,2,3), kakav (3,8), jabolka *	Rženi kruh *(1)/ koruzni kruh* (1), marmelada, maslo (3), kakav (3,8), slive	Goveji golaž (12,1), polenta, puding (3,8)	Ajdov kruh (1), pašteta (11), 100 % razredčen sok

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.
Na jedilniku bo označeno sadje in zelenjava z rdečo barvo (**jabolka**),** ki bodo razdeljeno okviru Evropske »Sheme sadja«. Živila, ki so označena z * (zvezdico) in zeleno barvo, so ekološka živila. Živila, ki jih vključujemo v jedilnik od lokalnih dobaviteljev so označena z * in oranžno barvo.
Malice bodo pripravljene enoporcijsko, učenci bodo malicali v matičnih razredih (skupinah) ali v jedilnici.
Zajtrk, kosilo in opoldanska malica bo razdeljena v šolski jedilnici. Pri kosilu dobijo vsi učenci napitek (voda/100 % razredčen sok). Učenci sedijo na označenih mesih, mesta ne menjavajo. Vzdrževala se bo medsebojna razdalja 1,5 m.
S talnimi označbami je opredeljen enosmeren koridor (od vhoda v jedilnico do izhoda iz jedilnice) z vmesno postajo za oddajo pladnja z umazano posodo. Za osebno higieno (razkuževanje rok) poskrbijo učenci v razredu ali pred vhodom v jedilnico.

Organizator šolske prehrane:
Tatjana Peršuh