

JEDILNIK OŠ DOBROVA

JANUAR 2022

	dopoldanska malica	kosilo	popoldanska malica
tor., 3. 1.	Ovsena žemlja ¹ , sir ² , kalčki, oreščki ⁶	Ričet ¹ , polnozrnati kruh ¹ , domača sladica ^{1,2,3}	Biskvit z malinami ^{1,2,3} , sadje
sre., 4. 1.	Mešani kosmiči ¹ , domače mleko ^{2,5S} , sadje	Pečenica, pretlačen krompir, kisl zelje ¹ , sadje	Polnozrnata sirovka ^{1,2} , korenje
čet., 5. 1.	*Črni kruh ¹ , tunin namaz ² , nesladkani čaj	Brokolijeva juha ^{1,2} , rženi svaljki ^{1,3} , pesto omaka ^{2,6} , rdeča pesa	Pletenica ^{1,2} , čokoladno mleko ²
pet., 6. 1.	*Ajdova bombeta ¹ , grški jogurt ² , sadje	Paniran piščančji zrezek ^{1,2,3} , pražen krompir, kuhana zelenjava, solata	Jabolčni zavitek ^{1,2,3} , sadje
pon., 9. 1.	*Pirin kruh ¹ , piščančja prsa ¹⁰ , zelena solata	Sirovi tortelini ^{1,2,3} , paradižnikova omaka ¹ , mešana solata, sadje	Riževi vafliji, sirni namaz ² , redkvice
tor., 10. 1.	Polbeli kruh ¹ , avokadov namaz ² , nesladkani čaj	Jota ¹ , stoletni kruh ^{1,9,10} , domači štruklji ^{1,2,3}	*Korenčkovo pecivo ¹ , mozzarella ²
sre., 11. 1.	Mlečna prosena kaša ² , kakavov posip ¹⁰ , suho sadje	Puranji ragu ¹ , kuskus, kuhana zelenjava, solata	*Cimetov zavitek ¹ , sadje
čet., 12. 1.	Čokoladni žepki ¹ , sadje ^{5S} , nesladkani čaj	Kostna juha z zakuho ^{1,3} , goveji zrezki v naravnih omaki ¹ , rizi bizi, zeljna solata	Ovsena bombeta ¹ , maslo ² , paradižnik
pet., 13. 1.	Pizza polžek ^{1,2,3} , *kefir ² , oreščki ⁶	Polnozrnate testenine s slanino ^{1,2} , sotiran brokoli, parmezan ² , rdeča pesa	*Pisan kruh ¹ , marmelada, sadje
pon., 16. 1.	Makova štručka ¹ , topljeni sir ² , kumara, nesladkani čaj	Njoki ^{1,3} , milanska omaka ¹ , parmezan ² , mešana solata	Zrnata bombeta ¹ , paradižnik
tor., 17. 1.	*Ržen kruh ¹ , ribja pašteta ^{2,5,7,9} , redkvice, nesladkani čaj	Zelenjavna enolončnica z ajdovo kašo ¹ , polnozrnati kruh ^{1,9,10} , domače pecivo ^{1,2,3}	Mlečni rogljič ^{1,2} , *kefir ²
sre., 18. 1.	Mlečni riž ² , kakavov posip ¹⁰ , oreščki ⁶	Grahova juha ^{1,2} , telečji paprikaš ¹ , bela polenta, rdeča pesa	*Korenčkov muffin ^{1,2,3} , sadje
čet., 19. 1.	Polbeli kruh ¹ , skutin namaz ² , nesladkani čaj	Zelenjavno-mesni polpeti ^{1,3} , zelenjavni pire ² , zeljna solata, sadje	Kraljeva štručka ^{1,2,3} , sadje
pet., 20. 1.	*Buhtelj z marmelado ^{1,2,3} , domače mleko ^{2,5S} , sadje	Piščančje bedro, mlinci ^{1,3} , dušeno sladko zelje ¹ , sadje	*Koruzna blazinica ¹ , korenje, 100 % sok
pon., 23. 1.	*Ržena blazinica ¹ , trdo kuhano jajce ³ , paradižnik ^{5S} , nesladkani čaj	Testenine ¹ , haše omaka ¹ , parmezan ² , rdeča pesa	Rešetko ^{1,2,3,12} , mleko ²
tor., 24. 1.	Polnozrnati kruh ¹ , šolski namaz ^{3,8} , nesladkani čaj	Krompirjev golaž ¹ , stoletni kruh ^{1,9,10} , domače pecivo ^{1,2,3}	Grisini ¹ , tekoči jogurt ²
sre., 25. 1.	Koruzni kosmiči ¹ , mleko ² , sadje	Mesne kroglice v paradižnikovi omaki, pire krompir ² , zeljna solata	*Slanik ¹ , sadje
čet., 26. 1.	*Ovsena bombeta ¹ , sadna skuta ² , sadje	Kostna juha z zakuho ^{1,3} , puranji trakci v gobovi omaki ¹ , zdrobovi cmoki ^{1,2,3} , solata	*Pirina blazinica ¹ , pašteta ² , korenje
pet., 27. 1.	Sirov burek ^{1,2,3} , tekoči jogurt ²	Špinačna juha ^{1,2} , rižota z morskimi sadeži ^{13,14} , mešana solata	Keksi z ovsenimi kosmiči ¹ , sadje
pon., 30. 1.	*Črni kruh ¹ , maslo ² , med, bela kava ² , oreščki ⁶	Špageti ¹ , bolonjska omaka ¹ , parmezan ² , rdeča pesa	*Makova blazinica ¹ , kumara
tor., 31. 1.	Štručka ¹ , piščančja hrenovka, gorčica ⁸ , nesladkani čaj	Pasulj ¹ , polnozrnati kruh ¹ , domače pecivo ^{1,2,3}	Žitna ploščica ^{1,2,10} , sadje
sre., 1. 2.	Čokolino ^{1,2,10} , sadje	Svinjska pečenka, pečen krompir, sotirana zelenjava, zeljna solata	Zelenjavni žepki ^{1,2,3} , 100 % sok
čet., 2. 2.	Polbeli kruh ¹ , korenčkov namaz ² , nesladkani čaj	Bučna juha ^{1,2} , tortilje s piščancem in zelenjavo ¹ , zelena solata	*Kakavova blazinica ¹ , mleko ²
pet., 3. 2.	Polnozrnati francoski rogljiček ^{1,2,3} , sadje ^{5S}	Paradižnikova juha s proseno kašo ¹ , paniran oslič ^{1,2,3,5} , krompirjeva solata	Ržena žemlja ¹ , zeliščni namaz ² , redkvice

Legenda:

- **Alergeni:** 1 gluten, 2 mleko (laktoza), 3 jajca, 4 arašidi, 5 ribe, 6 oreščki, 7 listnata zelena, 8 gorčično seme, 9 sezamovo seme, 10 soja, 11 volčji bob, 12 žveplov dioksid in sulfiti, 13 mehkužci, 14 raki
- **ŠS:** šolska shema sadja, zelenjave in mleka
- *****: živilo ekološke pridelave oz. predelave

Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika.