|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DATUM** | **ZAJTRK** | **KOSILO** | **POP. MALICA** |
| **PONEDELJEK****20. 01. 2025****(BREZMESNI DAN)** | Ovseni kruh, borovničeva marmelada, kisla smetana, sadni čaj z medom, **jabolko** | Milijon juha, slivovi in marelični cmoki na drobtinah, mešani sadni kompot | Polnozrnata štručka, zelenjavni krožnik |
| **TOREK****21. 01. 2025** | Mešani ovseni kosmiči s suhim sadjem, **BIO mleko**, zeliščni čaj z limono, hruška | Kostna juha z zakuho, pražen krompir, pečena svinjska riba, radič in endivija v solati | Koruzni kruh, kaki |
| **SREDA****22. 01. 2025** | Pirin kruh, domači liptaver namaz, sadni čaj z limono, banana | Domača kokošja juha, mlinci, pečene piščančje peruti in krače, dušeno rdečo zelje | Rižev vafelj, domači čokoladni-lešnikov namaz |
| **ČETRTEK****23. 01. 2025** | Polnozrnati kruh, šunkarica v ovoju, paprika, sadni čaj z limono, mandarina | Brokolijeva juha z jušnimi kroglicami, kremna rižota s piščančjim mesom in zelenjavo, paradižnik in kumare v solati | **BIO jogurt**, ananas |
| **PETEK****24. 01. 2025** | Koruzni žganci, mleko, zeliščni čaj z limono, **jabolko** | Bistra goveja juha, **BIO ajdova kaša**, pečenica, repa s smetano | Polnozrnati piškoti, naši |

***JEDILNIK 20.01.2025-24.01.2025***

******

**DIETNI JEDILNIK**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DATUM:** | **CELIAKIJA (BREZGLUTENSKI) - BG** | **ALERGIJA NA MLEKO (INTOLERANCA NA LAKTOZO)- DIETNI BREZ MLEKA (IL)** |
| **PONEDELJEK****20. 01. 2025** | **MALICA/ZAJTRK:** Živila brez sledov glutena, BG kruh, BG marmelada**KOSILO:** Živila brez sledov glutena, BG cmoki, brez drobtin**P. MALICA:** BG štručka | **MALICA/ZAJTRK:** Brez sledov mleka in laktoze, dietni namaz**KOSILO:** Brez sledov mleka in laktoze, dietni cmoki, **P. MALICA:** Brez sledov mleka in laktoze |
| **TOREK****21. 01. 2025** | **MALICA/ZAJTRK:** Živila brez sledov glutena, BG kosmiči**KOSILO:** Živila brez sledov glutena, BG jušne testenine, brez dodane moke**P.MALICA:** BG kruh | **MALICA/ZAJTRK:** Brez sledov mleka in laktoze, dietno mleko ali ovseni napitek**KOSILO:** Brez sledov mleka in laktoze, dietne jušne testenine**P.MALICA:** Brez sledov mleka in laktoze |
| **SREDA****22. 01. 2025** | **MALICA/ZAJTRK**: BG kruh, BG namaz, ostala živila brez sledov glutena**KOSILO:** Brez sledov glutena, BG mlinci**P.MALICA:**  Brez sledov glutena, BG namaz | **MALICA/ZAJTRK:** Brez sledov mleka in laktoze, dietna smetana ali margarina**KOSILO:** Brez sledov mleka in laktoze, dietni mlinci**P.MALICA:** Dietni namaz |
| **ČETRTEK****23. 01. 2025** | **MALICA/ZAJTRK:** Živila brez sledov glutena, BG kruh, BG šunkarica **KOSILO:** Živila brez sledov glutena, BG jušne kroglice, BG riž**P.MALICA:** Brez sledov glutena | **MALICA/ZAJTRK**: Brez sledov mleka in laktoze, dietna šunkarica**KOSILO:** Brez sledov mleka in laktoze, brez dodane smetane**P.MALICA**: Sojin jogurt |
| **PETEK****24. 01. 2025** | **MALICA/ZAJTRK:** BG žganci, ostala živila brez sledov glutena**KOSILO:** Živila brez sledov glutena, BG ajda, BG pečenica**P.MALICA:** BG piškoti | **MALICA/ZAJTRK:** Brez sledov mleka in laktoze, dietno mleko ali ovseni napitek**KOSILO:** Brez sledov mleka in laktoze, brez smetane, dietne testenine**P.MALICA:** Brez sledov mleka in laktoze |

|  |
| --- |
| **OPOMBE:****Dietni jedilnik je sestavljen tako, da se jedi ne razlikujejo od splošnega jedilnika, torej pri dietnem jedilniku se izločajo živila katera vsebujejo alergene oz. nezaželene snovi, ki bi lahko povzročile prehranske indikacije/alergije pri otroku.**Pri dnevnem kosilu vedno na voljo ohlajen čaj ali pa sveža voda z limono.**aromatic-close-cup-1417945.jpg metina_melisina_osvezilna_pijaca_3.jpg****V PRIMERU ZAPLETOV PRI DOBAVI ŽIVIL SI PRIDRŽUJEMO PRAVICO DO SPREMEMBE JEDILNIKA.** **BIO ŽIVILO IZ KONTROLIRANE EKOLOŠKE PRIDELAVE** **LOKALNO PRIDELANA/PREDELANA ŽIVILA SE VKLJUČUJEJO GLEDE NA SEZONSKO PONUDBO.** **ŠS-ŠOLSKA SHEMA**Ker v prehrani otrok ni omejitev glede uživanja alergenov in ker za otroke, ki potrebujejo dietno prehrano, pripravljamo individualne dietne jedilnike, alergenov na jedilnikih ne bomo označevali. |

***Katalog vsebnosti alergenov v živilih:***

|  |  |
| --- | --- |
| ***oznaka*** | ***alergen*** |
| ***1*** | *ŽITA, KI VSEBUJEJO* ***GLUTEN*** *( pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste ali proizvodi iz njih)* |
| ***2*** | ***RAKI*** *IN PROIZVODI IZ NJIH* |
| ***3*** | ***JAJCA*** *IN PROIZVODI IZ NJIH* |
| ***4*** | ***RIBE*** *IN PROZVODI IZ NJIH* |
| ***A*** | ***ARAŠIDI*** *IN PROIZVODI Z NJIH* |
| ***S*** | *ZRNJE* ***SOJE*** *IN PROIZVODI IZ NJIH* |
| ***L*** | *MLEKO IN MLEČNI PROIZVODI, KI VSEBUJEJO* ***LAKTOZO*** |
| ***O*** | ***OREŠKI*** *- mandeljni, orehi, lešniki, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija IN PROIZVODI IZ NJIH* |
| ***Z*** | *LISTNA* ***ZELENA*** *IN PROIZVODI IZ NJIH* |
| ***GS*** | ***GORČIČNO SEME*** *IN PROIZVODI IZ NJIH* |
| ***SS*** | ***SEZAMOVO SEME*** *IN PROIZVODI IZ NJIH* |
| ***Ž*** | ***ŽVEPLOV*** *DIOKSID IN SULFITI ((v koncentraciji več kot 100mg/kg ali 10mg/l, izraženi kot SO2)* |
| ***V*** | ***VOLČJI*** *BOB IN PROIZVODI IZ NJIH* |
| ***M*** | ***MEHKUŽCI*** *IN PROIZVODI IZ NJIH* |