



OSNOVNA ŠOLA
ŠMARTNO PRI SLOVENJ GRADCU

JANUAR

	PONEDELJEK 13. 01.	TOREK 14. 01.	SREDA 15. 01.	ČETRTEK 16. 01.	PETEK 17. 01.
MALICA	MEŠANI RŽENI KRUH 1(PŠENICA, RŽ) PIŠČANČJA PRSA MINI MOZZARELLE 7 SADNI ČAJ Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh, veganski sir Za sladkorno bolezen: polnozrnatni kruh Za otroke z želodčno dieto: beli kruh	ČRNI KRUH 1(PŠENICA) TOPLJENI SIR 7 IK SVEŽA PAPRIKA ŠSZ 100% SADNI SOK Z VODO Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh za otroke z laktozno intoleranco: veganski namaz otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh, veganski namaz Za otroke z želodčno dieto: beli kruh	OVSENI KRUH 1(PŠENICA, OVES) MASLO 7 MED ČAJ /MLEKO 7 ŠM MANDARINA Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: kruh brez glutena za otroke z laktozno intoleranco, alergijo na mleko, jajce in oreščke: vegansko maslo Za sladkorno bolezen: polnozrnatni kruh, masleni namaz Za otroke z želodčno dieto: beli kruh, masleni namaz	VIKEND KRUH 1(PŠENICA, RŽ) MESNO ZELENJAVNI NAMAZ 3 POMARANČA 100% SADNI SOK Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh za otroke z laktozno intoleranco, za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh, namaz brez mlečnin Za sladkorno bolezen: polnozrnatni kruh Za otroke z želodčno dieto: beli kruh	POLNOZRNATNI FRANCOSKI ROGLJIČEK S TEMNO ČOKOLADO 1(PŠENICA),7,3 MLEKO 7 IK JABOLKO Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenski kruh, čokoladni namaz za otroke z laktozno intoleranco: veganski čokoladni namaz Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni kruh, veganski namaz Za sladkorno bolezen: polnozrnatni kruh, čokoladni namaz s stevijo Za otroke z želodčno dieto: beli kruh, marmelada brez sladkorja
KOSILO	MILIJON JUHA 1(PŠENICA),3,9 ZELJNE KRPICE Z MLETIM MESOM EKO 1(PŠENICA),9 PISAN RADIČ S KROMPIRJEM 12 Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: brezglutenske testenine otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: milijon juha brez dodatka jajc Za sladkorno bolezen: milijon juha s polnozrnatim zdrobom, krpice s polnozrnatimi testeninami	BREZMESNI DAN GOBOVA JUHA Z AJDOVO KAŠO 1(PŠENICA),7,9 RIZEV NARASTEK Z JABOLKI IN ROZINAMI 3,7 100% SADNI SOK RAZREDČEN Z VODO Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietna juha, rižev narastek Za otroke z laktozno intoleranco: dietna juha, rižev narastek brez laktoze Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietna juha, rižev narastek z ajčnim nadomestkom in brez mlečnin Za sladkorno bolezen: dietna juha, rižev narastek z eritritolom, brez rozin	SVINJSKI MEDALJONČKI V ZELENJAVNI OMAKI 1(PŠENICA),9 KORUZNi NJOKI 1(PŠENICA),3,6,7,8(SLED.),11 SOLATA S KALČKI 12,6 Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: medaljončki v naravni omaki, njoki brez glutena Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: dietni njoki Lincer Za učenca s sladkorno boleznijo: polnozrnatni njoki	KOSTNA JUHA Z ZAKUHO 1(PŠENICA),9 PEČENA JAJČKA 3 PIRE KROMPIR 7 ŠPINAČA 1(PŠENICA),7 100% SADNI SOK Z VODO Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten: dietna juha, špinača brez glutena Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke: pire krompir in špinača brez mlečnin, piščančji file na žaru Za učenca s sladkorno boleznijo in za želodčno dietno: dietna juha, špinača brez podmeta	KOROMAČEVA JUHA 1(PŠENICA),9 ČEVAPČIČI DŽUVEČ RIŽ 9 RDEČA PESA 12 Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten, : čufti brez dodatka moke alergijo na mleko, jajce in oreščke: čufti z jajčnim nadomestkom, pire krompir brez mlečnin, dietni piškot Za sladkorno bolezen: čufti brez dodatka moke, dietni piškotek

IK izbrana kakovost (slovenska pridelava in predelava)

EKO ekološka vzreja in pridelava

ŠSZ in ŠM šolska shema sadja, zelenjava in mleka

* lokalna predelava

** Jed je bila pripravljena v šoli iz osnovnih sestavin

ŠOLSKA
SHEMA
Evropske unije



Legenda alergenov k jedilniku:

1. žita, ki vsebujejo gluten (pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste in proizvodi iz njih); 2. raki in proizvodi iz njih; 3. jajca in proizvodi iz njih; 4. ribe in proizvodi iz njih; 5. arašidi in proizvodi iz njih; 6. zrnje soje in proizvodi iz njega; 7. mleko in mlečni proizvodi z vsebnostjo laktoze; 8. oreški (mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški oreški, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ali orehi Queensland ter proizvodi iz njih); 9. listna zelena in proizvodi iz nje; 10. gorčično seme in proizvodi iz njega; 11. sezamovo seme in proizvodi iz njega; 12. žveplovi dioksidi in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂; 13. volčji bob in proizvodi iz njega; 14. mehkužci in proizvodi iz njih.
Sled. – alergeni v sledovih