

Marec



OSNOVNA ŠOLA
ŠMARTNO PRI SLOVENJ GRADCU

	PONEDELJEK 17. 03.	TOREK 18. 03.	SREDA 19. 03.	ČETRTEK 20. 03.	PETEK 21. 03.
MALICA	OVSENI KRUH 1(PŠENICA) ŠOLSKI MESNO ZELENJAVNI NAMAZ 3,12 POMARANČNI SOK MANDARINA <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> brezglutenski kruh <i>za otroke z laktozno intoleranco, za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> dietni kruh, namaz brez mlečnin <i>Za otroke z želodčno dieto:</i> beli kruh <i>Za učenca s sladkorno boleznijo:</i> polnozrnat kruh	MAKOVKA 1(PŠENICA),6 SADNI JOGURT BREZ DODANEGA SLADKORJA 7 IK JABOLKO IK <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> kruh brez glutena <i>za otroke z laktozno intoleranco:</i> jogurt brez laktoze <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> dietni kruh, veganski jogurt <i>Za otroke z želodčno dieto:</i> bel kruh, sadni jogurt brez sladkorja	PICA BUREK 1(PŠENICA),3,7,8(SLED.),11 100% JABOLČNI SOK Z VODO BELO GROZDJE <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> brezglutenska pica <i>za otroke z laktozno intoleranco:</i> pica brez mlečnin <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> pica brez jajc in mlečnin <i>Za sladkorno bolezen:</i> polnozrnat pica	KORUZNI KOSMIČI 1(SLED.), 5(SLED.). MLEKO 7 IK BANANA PISANI KRUH 1(PŠENICA),6 <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> brezglutenski kosmiči <i>za otroke z laktozno intoleranco, za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> veganski napitek, dietni kosmiči ali zdrob, dietni kruh <i>Za sladkorno bolezen:</i> polnozrnat kruh, polnozrnat kosmiči brez sladkorja <i>Za otroke z želodčno dieto:</i> beli kruh, mleko z manj maščob, ovseni kosmiči	DOMAČ ČRNI KRUH 1(PŠENICA) SIR IK 7 SVEŽA PISANA PAPRIKA SŠZ/ SADJE 100% SADNI ŠOK Z VODO HRUŠKA <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> brezglutenski kruh, sir <i>za otroke z laktozno intoleranco, za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> dietni kruh, veganski sir <i>Za sladkorno bolezen:</i> polnozrnat kruh, lahki sir <i>Za otroke z želodčno dieto:</i> beli kruh, lahki sir
KOSILO	MILIJON JUHA 1(PŠENICA),3,9 PIŠČANČJI PAPRIKAŠ PIRINI ŠIROKI REZANCI MEHKA SOLATA S PARADIŽNIKOM 12 <i>Za učence z laktozno intoleranco:</i> piščančji paprikaš brez glutena, čerikine testenine <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> korenčkova kremna juha (krompir, korenje, čebula, začimbe) piščančji paprikaš brez glutena, čerikine testenine <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> milijon juha brez jajc, pišč. paprikaš, dietne testenine brez jajc	<i>brezmesni dan</i> CVETAČNA JUHA 1(PŠENICA),7,9 OCVRT FILE OSIČA V KORUZNEM ZDROBU 4,9 PRETLAČEN KROMPIR Z BLITVO KITAJSKO ZELJE S KROMPIRJEM 12 <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> cvetačna juha brez glutena <i>za otroke z laktozno intoleranco, za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> dietna cvetačna juha <i>za učence z alergijo na ribe:</i> piščančji ražnjič	GOVEJI GOLAŽ EKO KUS KUS 1(PŠENICA),9 ZELENA SOLATA S KORUZO 12 <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> golaž brez glutena, dietne testenine <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> golaž, dietne testenine <i>Za učence s sladkorno boleznijo:</i> dietni golaž brez podmeta, polnozrnat testenine	GOVEJA JUHA Z ZVEZDICAMI EKO 1(PŠENICA),9 KUHANA GOVEDINA EKO PRAŽEN KROMPIR 9 KRUHOV HREN 1(PŠENICA),9 <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> juha z dietno zakuho, kruhov hren brez glutena <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> juha z dietno zakuho	ZELENJAVNA JUHA Z RIBANO KAŠO 1(PŠENICA),9 TORTILIJA PO MEHIŠKO 1(PŠENICA),3,7,8(SLED.),11 ZELJNA SOLATA S KROMPIRJEM 12 <i>Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:</i> zelenjavna juha z brezglutensko zakuho, tortilije z mletim mesom in zelenjavo brez glutena <i>Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:</i> zelenjavna juha z dietno zakuho, tortilije brez jajc z mletim mesom in zelenjavo <i>Za učence z laktozno intoleranco:</i> tortilija z mletim mesom in zelenjavo brez mlečnin

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
HEMA
Evropske unije



Legenda alergenov k jedilniku:

- Žita, ki vsebujejo gluten (pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste in proizvodi iz njih);
- raki in proizvodi iz njih;
- jajca in proizvodi iz njih;
- ribe in proizvodi iz njih;
- arašidi in proizvodi iz njih;
- zrnce soje in proizvodi iz njega;
- mleko in mlečni proizvodi z vsebnostjo laktoze;
- oreški (mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ali orehi Queensland ter proizvodi iz njih);
- listna zelena in proizvodi iz nje;
- gorčično seme in proizvodi iz njega;
- sezamovo seme in proizvodi iz njega;
- žveplovi dioksidi in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂;
- volčji bob in proizvodi iz njega;
- mehkužci in proizvodi iz njih.

Sled. – alergeni v sledovih