OSNOVNA ŠOLA
ŠMARTNO PRI SLOVENJ GRADCU

# Maj

| | PONEDELJEK 05. 05. | TOREK 06. 05. | SREDA 07. 05. | ČETRTEK 08. 05. | PETEK 09. 05. |
|---|---|---|---|---|---|
| MALICA | **NAVIHANČEK GOZDNI SADEŽI**<br>1(PŠENICA),3,6,7,8(SLED.),11<br>**MLEKO** 7<br>**SUHO SADJE/ JAGODE ŠSZ**<br>**Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:** brezglutenski kruh, marmelada<br>**za otroke z laktozno intoleranco, za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:** dietni kruh, vegansko maslo, marmelada<br>**Za otroke z želodčno dieto:** beli kruh, mlečni namaz<br>**Za učenca s sladkorno boleznijo:** polnozrnati kruh, marmelada brez sladkorja | **HOT DOG ŠTRUČKA**<br>1(PŠENICA)<br>**HRENOVKA**<br>**GORČICA** 10<br>**SADNI ČAJ**<br>**Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:** brezglutenski kruh<br>**otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:** dietni kruh<br>**Za otroke z želodčno dieto:** beli kruh<br>**Za sladkorno bolezen:** polnozrnati kruh | **OVSENI KRUH**<br>1(PŠENICA, OVES)<br>**MASLO** 7 **IK**<br>**DOMAČI MED**<br>**ČAJ / MLEKO** 7 **ŠM**<br>**JABOLKO**<br>**Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:** kruh brez glutena<br>**za otroke z laktozno intoleranco, alergijo na mleko, jajce in oreščke:** vegansko maslo<br>**Za sladkorno bolezen:** polnozrnati kruh, masleni namaz<br>**Za otroke z želodčno dieto:** beli kruh, masleni namaz | **VIKEND KRUH** 1(PŠENICA, RŽ)<br>**MESNO ZELENJAVNI NAMAZ** 3,7<br>**MALINE**<br>**100% SADNI SOK Z VODO**<br>**Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:** brezglutenski kruh<br>**za otroke z laktozno intoleranco, za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:** dietni kruh, namaz brez mlečnin<br>**Za sladkorno bolezen:** polnozrnati kruh<br>**Za otroke z želodčno dieto:** beli kruh | **ČRNI KRUH** 1(PŠENICA)<br>**TOPLJENI SIR** 7 **IK**<br>**SVEŽA PAPRIKA ŠSZ/ SADJE**<br>**100% SADNI SOK Z VODO**<br>**Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:** brezglutenski kruh<br>**za otroke z laktozno intoleranco:** veganski namaz<br>**Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:** dietni kruh, veganski namaz<br>**Za sladkorno bolezen**: polnozrnati kruh, veganski namaz<br>**Za otroke z želodčno dieto:** beli kruh |
| KOSILO | **MILIJON JUHA** 1(PŠENICA),3,9<br>**ZELJNE KRPICE Z MLETIM MESOM** 1(PŠENICA),9<br>**ZELENA SOLATA** 12<br>**Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:** brezglutenske testenine, milijon juha z riževim zdrobom<br>**otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:** milijon juha brez dodatka jajc<br>**Za sladkorno bolezen:** milijon juha s polnozrnatim zdrobom, krpice s polnozrnatimi testeninami | **KOSTNA JUHA Z ZAKUHO**<br>1(PŠENICA),3<br>**ŠPINAČA** 1(PŠENICA),7<br>**PIRE KROMPIR** 7<br>**UMEŠANO JAJCE** 3<br>**100% SADNI SOK Z VODO**<br>**Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:** goveja juha brez glutena, špinača s podmetom brez glutena, polpeti brez glutena<br>**Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:** dietni polpeti, špinača in pire krompir brez mlečnin, dietna juha<br>**Za učence z laktozno intoleranco:** juha brez mlečnin, špinača, pire krompir in polpet brez mlečnin | **PIŠČANČJI ZREZKI V NARAVNI OMAKI** 1(PŠENICA),9<br>**KUS KUS** 1(PŠENICA),9<br>**ZELENA SOLATA S KALČKI** 12<br>**DOMAČ SMOOTHIE**<br>**Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:** zrezki s podmetom brez glutena, dietne testenine<br>**Za učenca s sladkorno boleznijo:** zrezki brez podmeta, polnozrnate testenine | **ČESNOVA JUHA** 1(PŠENICA),9<br>**LIGNJI PO TRŽAŠKO**<br>1(PŠENICA),3,4<br>**RIŽ** 9<br>**OMAKA S ČESNOM IN PETRŠILJEM**<br>**PARADIŽNIKOVA SOLATA**<br>12<br>**Za otroke s celiakijo:** dietna juha, ribji file na žaru<br>**Za učence z laktozno intoleranco:** juha brez laktoze<br>**Za otroke z alergijo na mleko, jajce in oreščke:** dietna juha, ribji file na žaru<br>Za učence z alergijo na ribo: **sirni kanelon** | **SEGEDIN** 1(PŠENICA),9<br>**AJDOV KRUH** 1(PŠENICA),6<br>**JABOLČNI ZAVITEK IK**<br>1(PŠENICA),3,7<br>**100% SADNI SOK REDČEN Z VODO**<br>**Za otroke s celiakijo ali alergijo na gluten:** segedin brez podmeta, jabolčna pita Lincer<br>**alergijo na mleko, jajce in oreščke:** dietni jabolčni zavitek<br>**Za sladkorno bolezen:** dietni jabolčni zavitek brez sladkorja |

**IK** izbrana kakovost (slovenska pridelava in predelava)
**EKO** ekološka vzreja in pridelava
**ŠSZ in ŠM** šolska shema sadja, zelenjava in mleka
* lokalna predelava
* jedje bila pripravljena v šoli iz osnovnih sestavin

ŠOLSKA SHEMA
Evropska unija

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 njega; 7. mleko in mlečni proizvodi z vsebnostjo laktoze; 8. oreški (mandlji, lešniki , orehi , indijski oreščki, ameriški orehi, 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. žveplov dioksid in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni $SO_2$; 13. volčji bob in proizvodi iz njega; 14. mehkužci in proizvodi iz njih.
Sled. – alergeni v sledovih