



JEDILNK
OD 2.2.2015 DO 6.2.2015

SLAŠČIČARSKI IZDELKI (ŽEMLJE, PECIVO, PIŠKOTI...) LAHKO VSEBUJEJO SLEDI MLEČNIH IN SOJINIH BELJAKOVIN TER SLEDI OREŠKOV!

PONEDELJEK
M: ovsena kajzerica (ŽITO Z GLUTENOM, SOJA), sadni desert(MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO), malo sladkan čaj, kivi
PM: banana, čaj
TOREK
M: črni kruh(ŽITO Z GLUTENOM), pršut, paprika, sadnisok SŠSZ - KISLO ZELJE
PM: bio sadni jogurt(MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO)
SREDA
M: koruzna štručka (ŽITO Z GLUTENOM, SOJA), maslo(MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO), bio mleko(MLEKO Z LAKTOZO), jabolko, korenček
PM: jabolčni zavitek brez sladkornega posipa(ŽITO Z GLUTENOM, MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO, JAJCA), čaj
ČETRTEK
M:črni kruh brez aditivov(ŽITO Z GLUTENOM), piščančje prsi z omega 3, rdeča paprika sadni čaj z medom, oreški (OREŠKI)
PM: hruška, kruh(ŽITO Z GLUTENOM), čaj
PETEK
M: pol beli kruh(ŽITO Z GLUTENOM, SOJINA MOKA), tunin namaz s skuto (MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO, RIBE), čaj, sadna ploščica(MLEKO, JOGURT, SOJA, PŠENIČNA MOKA, JEČMENOV SLAD, OVSENI KOSMIČI, SLEDI LEŠNIKOV IN MANDLJEV)
PM: suho sadje, čaj

Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika.



JEDILNK
OD 9.2.2015 DO 13.2.2015

SLAŠČIČARSKI IZDELKI (ŽEMLJE, PECIVO, PIŠKOTI...) LAHKO VSEBUJEJO SLEDI MLEČNIH IN SOJINIH BELJAKOVIN TER SLEDI OREŠKOV!

PONEDELJEK

M: koruzni kosmiči(ŽITO Z GLUTENOM), mleko(MLEKO Z LAKTOZO), brusnice, jabolko

PM: ovseni kruh z manj soli(ŽITA Z GLUTENOM, SOJINA MOKA), jabolko , čaj

TOREK

M: pol beli kruh(ŽITO Z GLUTENOM, SOJA), marmelada, maslo(MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO), mleko(MLEKO Z LAKTOZO), jabolko, banana

PM: nav. probiotični jogurt, čaj

SREDA

M: pol beli kruh (ŽITO Z GLUTENOM, SOJA), puranja šunka, rdeča paprika, čaj z limono in medom

SŠSZ - JABOLKO

PM: sadna rezina(MLEKO, JOGURT, SOJA, PŠENIČNA MOKA, JEČMENOV SLAD, OVSENI KOSMIČI, SLEDI LEŠNIKOV IN MANDLJEV), čaj

ČETRTEK

M: polnozrnata kajzerica(ŽITO Z GLUTENOM, SOJA), sadni desert(MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO), hruška

PM: pomaranča, čaj

PETEK

M: pica(ŽITO Z GLUTENOM, SOJINA MOKA, MLEČNI IZDELEK), sadni nektar, mandarina,

PM: banana, čaj



JEDILNK
OD 16.2.2015 DO 20.2.2015

SLAŠČIČARSKI IZDELKI (ŽEMLJE, PECIVO, PIŠKOTI...) LAHKO VSEBUJEJO SLEDI MLEČNIH IN SOJINIH BELJAKOVIN TER SLEDI OREŠKOV!

PONEDELJEK

M: pol beli kruh brez aditivov(ŽITO Z GLUTENOM), čokoladni namaz(MLEKO IN MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO, OREŠKI, SOJA), mleko(MLEKO Z LAKTOZO), banana

PM: pol beli kruh (ŽITO Z GLUTENOM, SOJINA MOKA), jabolko, čaj

TOREK

M: krof(ŽITO Z GLUTENOM, MLEKO Z LAKTOZO), mleko(MLEKO Z LAKTOZO),mandarina

PM: prepečenec(ŽITO Z GLUTENOM, MLEKO, SLEDI OREŠKOV IN SOJE), hruška

SREDA

M: pol beli kruh(ŽITO Z GLUTENOM), sir (MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO), kisle kumarice (GORČIČNO SEME), napolitanke(MLEKO Z LAKTOZO, ŽITO Z GLUTENOM, JAJCA, SLEDI SOJE IN OREŠKOV), nesladkan sadni čaj,
SŠSZ - JABOLKO, SUHE SLIVE

PM: polnozrnat piškoti(MLEKO Z LAKTOZO, ŽITO Z GLUTENOM), bio pitno mleko (MLEKO Z LAKTOZO)

ČETRTEK

M: kruh s semeni z manj soli (ŽITO Z GLUTENOM), zašinek, čaj,olive, grozdje

PM: BIO sadni kefir(MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO)

EKO - PETEK

M: bio koruzni kruh (ŽITO Z GLUTENOM), bio skutni namaz z jogurtom(MLEČNI IZDELEK Z LAKTOZO), bio mleko (MLEKO Z LAKTOZO), bio jabolko

NAGRADNO VPRAŠANJE: Kateri alergen se nahaja v kruhu ?

PM: pomaranča, kruh(ŽITO Z GLUTENOM, SOJINA MOKA), čaj

VESELE, BREZSKRBNNE ZIMSKE POČITNICE
VAM ŽELIMO
VSI , KI NAČRTUJEMO IN PRIPRAVLJAMO
VAŠO ŠOLSKO PREHRANO.



Zdrava, uravnotežena in kakovostna
prehrana V OTROŠTVU IN V
MLADOSTNIŠKEM obdobju je bistvenega
pomena za zdrav telesni in duševni razvoj
V ODRASLEM obdobju.