JEDILNIK OŠ PIRNIČE , 18. 9. do 22. 9. 2017

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Pop. malica** |
| PONEDELJEK | čaj brez sladkorja |  | čaj brez sladkorja |  | mesne kroglice v paradiž.omaki |  | bio sadni jogurt | 5 |
| ovsen kruh | 1 | sirova štručka iz črne moke | 5 | polenta |  | koruzni kruh | 1 |
| piščančja prsa |  | skutka s sadjem | 5 | solata |  | sadje |  |
| sadje |  | sadje |  | sadje |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| TOREK | mleko | 5 | mleko | 5 | grahova kremna juha |  | makovka | 1,5 |
| koruzni kosmiči | 1,5,6,7,8 | črn kruh | 1 | puranji ragu z zelenjavo |  | sadje |  |
| sadje |  | maslo, med | 5 | polnozrnate testenine | 1,4 |  |  |
|  |  | sadje |  | solata |  |  |  |
|  |  |  |  | sadje |  |  |  |
| SREDA | čaj brez sladkorja |  | čaj brez sladkorja |  | pasulj s suhim mesom |  | mlečni kifeljc | 1,5 |
| jajčna jed | 4 | ržena žemlja | 1 | graham kruh | 1 | paprika |  |
| graham kruh | 1 | puranja prsa |  | cesarski praženec  | 1,4,5 | sadje |  |
| sadje |  | vložene kumarice |  | sadje |  |  |  |
|  |  | sadje |  |  |  |  |  |
| ČETRTEK | mleko | 5 | sirova pica iz črne moke | 1,5 | piščančja nabodala |  | mleko | 5 |
| ovsen kruh | 1 | limonada brez sladkorja |  | nebrušen riž |  | misli s sadjem | 1,5,6,7,8 |
| topljen sirček | 5 | sadje |  | pečena mediteranska zelenjava |  | sadje |  |
| sadje |  |  |  | solata |  |  |  |
|  |  |  |  | sadje |  |  |  |
| PETEK | čaj brez sladkorja |  | navadni jogurt | 5 | pečen file postrvi | 3 | pirin kruh | 1,5 |
| palačinke | 1,4,5 | skutin burek | 1,5 | pire krompir |  | marmelada |  |
| sadje |  | sadje |  | baby korenček |  | sadje |  |
|  |  |  |  | solata |  |  |  |
|  |  |  |  | sadje |  |  |  |

Alergeni - legenda:

1 - žita, ki vsebujejo pšenični gluten; 2 - raki; 3 - ribe; 4 - jajca; 5 - mleko; 6 - soja; 7 - arašidi (kikiriki); 8 - lupinasto sadje (oreščki); 9 - listna zelena;

10 - gorčično seme; 11 - sezamovo seme; 12 - žveplov dioksid in sulfiti v konc. > 10 mg/kg ; 13 - volčji bob; 14 – mehkužci