

Osnovna šola Vrhovci

Cesta na Bokalce 1

1000 Ljubljana



☎ 01 423 03 70

e-naslov: [tajnistvo@os-vrhovci.si](mailto:tajnistvo@os-vrhovci.si)

spletna stran: [www.os-vrhovci.si](http://www.os-vrhovci.si)

TRR: 01261-6030665280

davčna št.: 34317627



# Jedilnik

**ponedeljek,**  
**24.10.2022**

## **DOP. MALICA**

sadni musli (1),  
toplo mleko (7),  
banana

## **KOSILO**

goveja juha z zlatimi  
kroglicami (1,3,7),  
hrenovka v testu (1,3,7),  
francoska solata (3,10)

## **POP. MALICA**

masleni rogljiček (1,3,7),  
marelični sok

**torek,**  
**25.10.2022**

## **DOP. MALICA**

čokoladni krof z vaniljevo  
kremo (1,3,7,8),  
mleko (7),  
ŠS hruška



## **KOSILO**

špargljeva juha,  
cvetačni polpeti,  
pečen krompir,  
zelená solata

## **POP. MALICA**

slani prigrizek – ribice (1,6,7),  
sadni napitek

**sreda,**  
**26.10.2022**

## **DOP. MALICA**

temni kruh (1),  
medeni namaz (7),  
redčen bezgov sok

## **KOSILO**

boranja (9),  
kruh (1),  
marelični cmoki (1,12),  
sadni kompot

## **POP. MALICA**

riževi vafliji (7),  
skuta s podloženim sadjem (7)

**četrtek, 27.10.2022**

**DOP. MALICA**

kajzerica (1,7),  
poli salama,  
sir (7),  
čaj z medom

**KOSILO**


bučna juha s semeni,  
makaronovo meso (1),  
rdeča pesa,  
sadje

**POP. MALICA**

sadni tekoči jogurt (7),  
mandarina

**petek, 28.10.2022**

**DOP. MALICA**

polnozrnati kruh (1),  
tamar namaz (7),  
 ŠS paradižnik,  
čaj z medom

**KOSILO**

piščančji trakci v smetanovi omaki (7),  
široki rezanci/njoki (1,3),  
zelena solata,  
rolada z marmelado (1,3,7)

**POP. MALICA**

jabolčni krhliji,  
sadni napitek

*Vesele jesenske počitnice*

**ALERGENI V ŽIVILIH**

1. **Žita**, ki vsebujejo gluten, zlasti: 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** (kikiriki) in proizvodi iz njih; 6. zrnje **soje** in proizvodi iz njega; 7. **mleko** in mlečni proizvodi (ki vsebujejo laktozo); 8. **oreški**, in sicer: 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<sub>2</sub>; 13. **volčji bob** in proizvodi iz njega; 14. **mehkužci** in proizvodi iz njih.

Opombe: Pri oblikovanju jedilnika upoštevamo priporočila strokovnih služb za zdravo in varno prehrano, želje naših učencev in sezonsko ponudbo živil. V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico, do spremembe jedilnika.

## V kuhinji OŠ Vrhovci si prizadevamo za zdravje, sitost, zadovoljstvo in dobro počutje učencev ter zaposlenih.

- ❖ Spodbujamo zdravo komunikacijo in bonton.
- ❖ Za pripravo jedi uporabljamo živila, določena v veljavnem in potrjenem razpisu.
- ❖ V ponudbo vključujemo tudi lokalne pridelovalce in slovenska podjetja.
- ❖ Upoštevamo smernice zdravega načina prehranjevanja. ~ Jedi ne zgoščujemo z belo moko ter uporabljamo manj maščob, soli in sladkorja. Namesto cvrtja uporabljamo konvektomat.
  
- ❖ Učencem je ob kosilu na voljo sadje, kruh in voda.
- ❖ Neporabljeni kosi malice so učencem do 14. ure na voljo samopostrežno, v jedilnici.
- ❖ Poleg redne prehrane, učencem z zdravstvenimi težavami in potrjenim zdravniškim potrdilom, nudimo dietne obroke.
  
- ❖ Z združenimi močmi skrbimo za okolje ter ločujemo in zmanjšujemo količino odpadkov.

## NOČ ČAROVNIC ALI HALLOWEEN



ČE VIDITE PAJKA NA T  
NOČ, JE TO MORDA DUH  
PREMIŃULE BLIŽNJE  
OSEBE, KI VAS ČUVA.

ORANŽNA IN ČRNA STA ZNAČILNI  
BARVI TEGA PRAZNIKA -  
ORANŽNA, KER SIMBOLIZIRA  
JESENSKO ŽETEV IN ČRNA, KER  
SIMBOLIZIRA TĚMO.

