

Osnovna šola Vrhovci

Cesta na Bokalce 1

1000 Ljubljana



☎ 01 423 03 70

e-naslov: tajnistvo@os-vrhovci.si

spletna stran: www.os-vrhovci.si

TRR: 01261-6030665280

davčna št.: 34317627



Jedilnik

ponedeljek,
13.02.2023

DOP. MALICA

makova štručka (1,7),
skuta s podloženim sadjem (7),

ŠS hruška



KOSILO

goveja juha s cmočki (1,3),
cvetačni polpeti,
pečen krompir,
zelena solata

POP. MALICA

čokoladni puding (7),
sadje

torek,

14.02.2023

DOP. MALICA

temni kruh (1),
marmelada,
mleko (7)

KOSILO

bučna juha,
dunajski zrezek (1,3),
francoska solata (3,10),
sadje

POP. MALICA

temni kruh (1),
topljeni sir (7),
sadni napitek

sreda,

15.02.2023

DOP. MALICA

kajzerica (1),
pariška salama,
sir (7),
redčen pomarančni sok

KOSILO

telečji ragu s krompirjem (9),
cmoki z jagodnim
nadevom (1,3,7,12),
sadni kompot

POP. MALICA

mlečna pletenica (1,7),
čokoladno mleko (7)

četrtek, 16.02.2023

DOP. MALICA

mlečna polenta s posipom (7),
banana

KOSILO

krvavica,
kislo zelje,
krompir v oblicah,
rolada (1,3,7)

POP. MALICA

jabolčni krlji (12),
sadni napitek

petek, 17.02.2023

DOP. MALICA

ovseni kruh (1),
tunin namaz (4),
ŠS paprika,
čaj z medom



KOSILO

porova juha,
piščančji trakci v smetanovi omaki (7),
kus kus s korenčkom (1),
zeljna solata s fižolom

POP. MALICA

slani krekerji (1),
tunina pašteta (4,7)

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 SO₂; 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.**

MESEC FEBRUAR

- mesecu februar z drugo besedo rečemo SVEČAN

- mesec februar je najkrajši mesec v letu in mesec zimskih počitnic

- mesec februar je najbolj znan po dveh dnevih:
 - dan zaljubljenih – valentinovo
 - pust

