

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,
20.02.2023

DOP. MALICA

temni kruh (1),
junior pašteta (7),
čaj z medom

KOSILO


paradižnikova juha,
mrežna pečenka,
skutini štruklji (1,3,7),
zelena solata,
sadje

POP. MALICA

navadni tekoči jogurt (7),
jabolko

torek,
21.02.2023

DOP. MALICA

pustni krof (1,3,7),
mleko (7), 
ŠS mandarina

KOSILO

goveja juha z zlatimi
kroglicami (1,3,7),
mesni tortelini (1,3,7),
smetanova omaka (7),
zelena solata s fižolom

POP. MALICA

grisini palčke (1),
jabolčni sok

sreda,
22.02.2023

DOP. MALICA

sadni musli (1,8),
toplo mleko (7),
banana

KOSILO

špageti (1),
omaka z morskimi
sadeži (2,4,12,14),
zeljna solata,
muffin (1,7)

POP. MALICA

keksi z ovsenimi kosmiči (1),
sadni napitek

četrtek, 23.02.2023

DOP. MALICA

ovseni kruh (1),

tamar namaz (7),

ŠS koleraba,

jagodni sok



KOSILO

brokolijeva kremna juha (1,6,7),

mesna lasanja (1,3,7,9),

paradižnikova solata

POP. MALICA

osje gnezdo (1,3,7,8),

vaniljevo mleko (7)

petek, 24.02.2023

DOP. MALICA

kajzerica (1),

posebna salama z zelenjavo,

sir (7),

čaj z medom

KOSILO

zelenjavna enolončnica s
stročnicami (1,9),

šmorn (1,3,7),

čežana

POP. MALICA

slanik (1),

sadni napitek

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.
- ❖ Upošteevamo 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.**

PUST



- čas, ko se napravimo v pustno šemo/maškaro in preženemo zimo
- tradicionalne pustne sladice: pustni krof, flancati in ocvrte miške

