

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,

03.04.2023

DOP. MALICA

mlečni zdrob s posipom (1,7),

banana

KOSILO

goveja juha z rezanci (1,3),

rižota s piščancem in
zelenjavo,

zeljna solata

POP. MALICA

suhe banane (12),

sadni napitek

torek,

04.04.2023

DOP. MALICA

pečen pršut,

sir (7),

ŠS paprika,

rženi kruh (1),

jabolčni sok



KOSILO

mesna lasanja (1,3,7),

paradižnikova solata,

sadje

POP. MALICA

napolitanke (1,6,7,8),

marelični sok

sreda,

05.04.2023

DOP. MALICA

skutin žepok (1,3,7),

mleko (7),

ŠS hruška



KOSILO

zelenjavna kremna juha (1,7,9),

goveji zrezek v gobovi omaki,

zdrobovi cmoki s skuto (1,3,7),

zelena solata

POP. MALICA

biga (1),

marmelada

četrtek, 06.04.2023

DOP. MALICA

hot dog štručka (1),
hrenovka,
majoneza (3,10),
redčen bezgov sok

KOSILO

chili con carne,
kruh (1),
jabolčna pita (1,3,7)

POP. MALICA

sirova štručka (1,7),
čokoladno mleko (7)

petek, 07.04.2023

DOP. MALICA

čokoladni namaz (6,7,8),
polnozrnat kruh (1),
redčen pomarančni sok

KOSILO

paradižnikova juha,
cvetačni polpeti,
pire krompir (7),
zelena solata

POP. MALICA

vaniljev jogurt (7),
jabolko

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.**

MESEC APRIL

- mesecu marcu z drugo besedo rečemo MALI TRAVEN
- mesec april je znan po deževnih dneh, pomladnem prebujanju in rasti rastlin
- mesec april je najbolj znan po treh praznikih:
 - 1. april – dan norcev oziroma dan potegavščin
 - 22. april – dan Zemlje
 - velika noč

