

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

torek, 11.04.2023

DOP. MALICA

francoski rogljič z marmelado (1,3,7),

mleko (7),

ŠS jabolko



KOSILO

goveja juha s cmočki (1,3),

piščančje bedro,

mlinci (1),

rdeča pesa

POP. MALICA

grisini palčke (1),

sadni tekoči jogurt (7)

sreda, 12.04.2023

DOP. MALICA

kuhan pršut,

sir (7),

temni kruh (1),

redčen multivitaminski sok

KOSILO

sirovi tortelini (1,3,7),

carbonara omaka (3,7),

paradižnikova solata,

sadje

POP. MALICA

med,

prepečenec (1)

četrtek, 13.04.2023

DOP. MALICA

mlečna prosena kaša s posipom (1,7),

banana

KOSILO

gobova kremna juha (1,7),

mesne kroglice,

pire krompir (7),

zelena solata

POP. MALICA

topljeni sir (7),

kruh (1),

sadni napitek

petek, 14.04.2023

DOP. MALICA

tunin namaz (4),

rženi kruh (1),

ŠŠ redkvice,

ledeni čaj



KOSILO

zelenjavna enolončnica z ribano
kašo (1,3,9),

kruh (1),

čokoladne palačinke (1,3,7,8)

POP. MALICA

keksi z ovsenimi kosmiči (1),

grozdje

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 pridružujemo 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.**

VELIKONOČNE JEDI

VELIKA NOČ – največji in najstarejši krščanski praznik

VELIKONOČNI ZAJTRK
SESTAVLJAJO:

- velikonočna jajca oziroma pirhi
- prata
- velikonočna šunka
- hren
- potica

