JEDILNIK

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: SI56 0126 1603 0665 280
ID za DDV: SI34317627

PONEDELJEK, 16. 10. 2023

MALICA: Maslena špirala (1,7), banana, voda
KOSILO: Korenčkova juha, zelenjavni/sojini polpeti (1), pire krompir s smetano (7), kaki
P.MALICA: Šarkelj (1,7), mleko (7)

TOREK, 17. 10. 2023

MALICA: Sirova štručka (1,7), goveja suha salama, zeliščni čaj
KOSILO: Piščančji paprikaš (1,7), kuhan krompir, zeljna solata s fižolom
P.MALICA: Makovka (1), pinjenec (7)

SREDA, 18. 10. 2023

MALICA: Polbeli kruhn (1), piščančja pašteta (7), **ŠS kislo zelje**
KOSILO: Špageti po milansko (1,3,7), pisana solata s čičerko, napitek
P.MALICA: Sadna skuta (7), mandarina

ČETRTEK, 19. 10. 2023

MALICA: Slanik (1), kuhano jajce (3), sadni kefir/pinjenec (7)
KOSILO: Česnova juha, pečena rebrca, rizibizi, zelena solata
P.MALICA: Baby keksi (1), jabolko

PETEK, 20. 10. 2023

MALICA: Francoski rogljiček (1,3,7), žitna kava (8), **ŠS jabolko**
KOSILO: Jota s suho klobaso, BIO ovseni mešani kruh (1), puding (7), sadje
P.MALICA: Korenčkov mafin (1,3,7), grozdje

Vsako leto **16. oktobra** po vsem svetu obeležujemo dan hrane. **Svetovna organizacija za hrano in kmetijstvo (FAO)** ob letošnjem svetovnem dnevu hrane izpostavlja nepredvidljive dogodke, ki vplivajo na svetovno prehransko varnost s sloganom »Nihče naj ne ostane lačen« (»Leave NO ONE behind«).

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_2 ;
13. volčji bob in proizvodi iz njega;
14. mehkužci in proizvodi iz njih.

ŠOLSKA SHEMA
Evropske unije

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 tudi 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 za zdravo prehrano. Jedi ne zgoščujemo z belo moko, 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 nudimo določene dietne obroke, za katere lahko zagotovimo pogoje (potrebno zdravniško potrdilo).

- Z združenimi močmi skrbimo za okolje, ločujemo in zmanjšujemo količino odpadkov.

V naši kuhinji veje dobra volja, zato jo vnašamo tudi v pripravo in postrežbo hrane. Veseli smo konstruktivne kritike, ne branimo pa se tudi lepe besede in pohval.
Posebni dosežki: Uspelo nam je izkoreniniti šolsko lakoto, še vedno pa si s pestrim jedilnikom prizadevamo preprečevati izbirčnost.

Dobrodošli in dober tek!

Zakon o šolski prehrani:
https://www.gov.si/teme/solska-prehrana/

Prijava in odjava šolskih obrokov:
https://www.os-vrhovci.si/prehrana/

Za prejem kosila učenci potrebujejo kartico za evidentiranje. Nadomestno **kartico** lahko naročite v računovodstvu.

Urnik prehrane:
Malica od 9.55 do 10.15, kosilo od 12.00 do 14.30, popoldanska malica – prevzem ob kosilu, postrežba po dogovoru.