



# JEDILNIK

Osnovna šola Vrhovci  
Cesta na Bokalce 1  
1000 Ljubljana

( 01 423 03 70)

e-naslov: [tajnistvo@os-vrhovci.si](mailto:tajnistvo@os-vrhovci.si)

spletna stran: [www.os-vrhovci.si](http://www.os-vrhovci.si)

TRR: SI56 0126 1603 0665 280

ID za DDV: SI34317627

## PONEDELJEK, 20. 11. 2023

**MALICA:** Pizza štručka (1,3,7), čaj z medom, jabolko

**KOSILO:** Jota s suho klobaso, kmečki hlebec (1), palačinke (1,3,7,8)

**P.MALICA:** Slanik (1), kivi



## TOREK, 21. 11. 2023

**MALICA:** Pirina štruca (1), šolski skušin namaz (4,8), sveža paprika, redčen sadni sirup

**KOSILO:** Široki rezanci (1,3) s kozicami (2), zelena solata s papriko

**P.MALICA:** Sadni jogurt (7), biga (1)

## SREDA, 22. 11. 2023

**MALICA:** Močnik z lešnikovim posipom (1,3,7,8), ŠS hruška

**KOSILO:** Juha iz pečene cvetače, telečja pečenka, pečen krompir, mešana solata s čičeriko

**P.MALICA:** Bombeta (1), piščančja salama

## ČETRTEK, 23. 11. 2023

**MALICA:** Osja gnezda (1,3,7,8), žitna bela kava (7,8), mandarina

**KOSILO:** Smetanova juha (1,7), zelenjavna rižota, rdeča pesa

**P.MALICA:** Banana, mleko (7)

**PETEK, 24. 11. 2023**

**MALICA:** Polnozrnata žemlja (1), sir v rezinah (7), sveža solata, voda

**KOSILO:** Bistra korenčkova juha, puranji paprikaš, vlivanci (1), zelena solata s fižolom

**P.MALICA:** Sadni krožnik, crispy kruhki (1)



**20. november  
je SVETOVNI DAN OTROK,  
rojstni dan Konvencije  
o otrokovih pravicah.**



## **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: mandlij, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilske 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<sub>2</sub> ;
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 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.