




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, 22. 04. 2024

MALICA: Pirina kajzerica (1), sir v rezinah (7), solata, redčen jabolčni sok

KOSILO: Špinačna juha, govedina Stroganov (7), polenta, zelena solata

P.MALICA: Kefir (7), banana



TOREK, 23. 04. 2024

MALICA: Medeni namaz (7), pirin kruh (7), bela kava (7,8)

KOSILO: Ohrovtova juha, metuljčki z omako carbonara (1,3,7), solata z jajci (3) in čičeriko

P.MALICA: Grisini (1), tunina pašteta (4,7)

SREDA, 24. 04. 2024

MALICA: Biga (1), sadni jogurt (7), melona

KOSILO: Čufti (1,3), pire krompir (7), solata s papriko, sadje, kruh (1)

P.MALICA: Bombeta s sezamom (11), marmelada, jabolko



ČETRTEK, 25. 04. 2024

MALICA: Kamutov kruh (1), šolski piščančji namaz (7), jabolko, malinovec

KOSILO: Goveja juha z nudeljci (1,3), pečena rebrca, rizibizi, rdeča pesa

P.MALICA: Žitna ploščica (1,8), mleko (7)



PETEK, 26. 04. 2024

MALICA: Fitness Čokolino (1,8), banana

KOSILO: (Vegi) enolončnica s cvetačo in lečo, kruh (1), sadje, sladoled (7)

P.MALICA: Koruzna bombeta (1), piščančja prsa



SVETOVNI DAN ZEMLJE, KI GA ŽE VEČ KOT PO STOLETJA OBELEŽUJEMO 22. APRILA, LETOS POTEKA S POBUDO, DA MORAMO INVESTIRATI V NAŠ PLANET. SVETOVNI DAN ZEMLJE V SVOJEM SPOROČILU NAGOVARJA VSAKEGA IZMED NAS. »TO JE TRENUTEK, KO LAHKO SPREMENIMO VSE. ZDAJ JE ČAS ZA NEUSTAVLJIV POGUM. SKUPAJ MORAMO VLAGATI V NAŠ PLANET. KAJTI ZELENA PRIHODNOST JE USPEŠNA PRIHODNOST«.

WWW.GOV.SI



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.

**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.
- Neuporabljeni 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.

