



JEDILNIK

NOVEMBER

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, 25. 11. 2024



MALICA: Vanilijev žepik (1,3,7), bela kava (7,8), ŠS jabolko

KOSILO: Česnova juha, sojini/zelenjavni polpeti (1,6), kuskus (1), zelenjavna omaka, solata z motovilcem

P.MALICA: Žitna ploščica (1,5,8), hruška

TOREK, 26. 11. 2024



MALICA: Ciabata (1), Aljaževa salama, ŠS češnjev paradižnik, voda

KOSILO: Goveja juha z vlivanci (1,3), široki (špinačni) rezanci s haše omako (1,3), solata s fižolom in papriko

P.MALICA: Polnozrnata žemlja (1), mleko (7)

SREDA, 27. 11. 2024



MALICA: Šolski mesni namaz (7), čebulni kruh (1), čaj z medom

KOSILO: Grahova juha, mesni kaneloni (1,3,7), pire s sladkim krompirjem (7), zelena solata

P.MALICA: Sadna skuta (7), lešniki (8)

ČETRTEK, 28. 11. 2024



MALICA: Koruzni kosmiči (1), mleko (7), banana

KOSILO: Šara, carski praženec (1,3,7), kruh, (1) sadje

P.MALICA: Ajdov kruh z orehi (1,8), mandarina

PETEK, 29. 11. 2024

MALICA: Grški jogurt s sadjem (7), mlečna štručka (1)

KOSILO: Bistra korenčkova juha, pohane piške (1,3), krompir, solata iz belega in rdečega zelja

P.MALICA: Makovka (1), sveža paprika



V SOBOTO SE POSLOVIMO OD NOVEMBRA,
V NEDELJO PA SE PRIČNE **DECEMBER IN ADVENTNI ČAS**.
V NEDELJO JE TUDI PRVA ADVENTNA NEDELJA. DOM ALI UČILNICO
LAHKO OKRASIMO Z ADVENTNIM VENČKOM. GA ZNATE IZDELATI?
NAVODILA V QR KODI:



ADVENTNI VENČEK JE TIPIČEN SIMBOL ADVENTA. ADVENT SE PO OBIČAJIH ZAČNE ČETRTO NEDELJO PRED BOŽIČEM IN SE KONČA NA BOŽIČNI VEČER, 24. DECEMBRA. BESEDA ADVENT POMENI "PRIHAJA" ALI "PRIHOD" IN PO KRŠČANSKI TRADICIJI SE NA PRVO ADVENTNO NEDELJO PRIŽGE PRVA SVEČA V VENČKU. ADVENTNI VENČEK IMA OBLIKO NEPREKINJENEGA KROGA, KI NAS SPOMINJA NA VEČNOST. SIMBOLIZIRA TUDI NESKONČNI KROG ŽIVLJENJA IN VRTENJE LETNIH ČASOV. ZIMZELENE RASTLINE, IZ KATEREGA JE VENČEK SPLETEN, SO TISTE, KI JIM SNEG IN MRAZ NE MORETA DO ŽIVEGA IN SO ZNAMENJE UPANJA IN NOVEGA ŽIVLJENJA. ŠTIRI SVEČE PONAZARJAJO ŠTIRI ADVENTNE NEDELJE. VSAKO NEDELJO PRIŽGEMO PO ENO.

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.

OŠ Vrhovci sodeluje v »šolski shemi« Evropske unije s finančno podporo Evropske unije.!

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.