




JEDILNIK

JANUAR

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, 20. 01. 2025



MALICA: Kruhov roglič (1), sadna skuta (7), čaj

KOSILO: Chili con carne, pirin kruh (1), marmorni kolač (1,3,7), sadje

P.MALICA: Suho sadje, navadni jogurt (7)

TOREK, 21. 01. 2025



MALICA: Kamutov kruh (1), medeni namaz (7), ŠS jabolko

KOSILO: Gobova juha, svinjska pečenka, pražen krompir, rdeča pesa, pomaranča

P.MALICA: Graham grisini (1), kivi

SREDA, 22. 01. 2025



MALICA: Polenta z mlekom in posipom (1,7,8), jabolko

KOSILO: Rižota s teletino in zelenjavo, pisana solata s paradižnikom, napitek

P.MALICA: Sirova štručka (1,7), marelični sok

ČETRTEK, 23. 01. 2025



MALICA: Pirina žemlja (1), sir v rezinah (7), ŠS sveža paprika

KOSILO: Korenčkova juha s proseno kašo (1), ocvrt sir (1,3,7), blitva s krompirjem, zelena solata, sadje

P.MALICA: Slanik (1), tunin namaz (4,7), ananasov sok



PETEK, 24. 01. 2025

MALICA: Štručka (1), hrenovka, gorčica/majoneza (3), redčen jabolčni sok

KOSILO: Piščančji paprikaš, njoki (1), mešana solata, mešano sadje

P.MALICA: Francoski rogljiček s polnilom (1,3), sadje



RESNICA ZA HOT DOGOM

ZGODOVINA PRILJUBLJENE HRANE, V SREDINO KRUHA

POTISNJENE HRENAVKE, SEGA DALEČ V PRETEKLOST.

DANES HOT DOGE PRODAJAJO POVSOD PO ZAHODNEM SVETU, KJE PA SE JE VSE ZAČELO? IN ZAKAJ SE IMENUJEJO "VROČI PSI"?



HOT DOG VELJA ZA AMERIŠKO HITRO HRANO, KI JO LAHKO KUPIMO NA RAZNIH STOJNICAH PO DRŽAVI, NASELILI PA SO SE TUDI PO DRUGIH DELIH ZAHODA. ČEPRAV NI POVSEM JASNO, KDAJ TOČNO SO HOT DOG IZUMILI, NJEGOVI ZAČETKI SEGAJO V DALJNO ZGODOVINO, 900 LET PRED NAŠIM ŠTETJEM. GRKOM SE LAHKO TOREJ ZAHVALIMO ZA IZUM TE OKUSNE IN HITRO PRIPRAVLJENE HRANE. RAZVOJ HOT DOGOV PA SE NADALJUJE PRI NEMCIH. NOVI IZUMI SO SLEDILI LETA 1487, IN SICER SE JE V FRANKFURTU POJAVIL FRANKFURTER. V ŽEMLJO SO DALI DOMAČO KLOBASO IN JO DOPOLNILI Z OMAKAMI. **PRVA REFERENCA NA IME HOT DOG SE JE POJAVILA LETA 1690, KO JE NEMŠKI MESAR PO IMENU JOHAN GEORGHEHNER ZAČEL PROMOVIRATI "JAZBEČARSKKE KLOBASE".**

JAZBEČARSKKE KLOBASE, PREDHODNIK ANGLEŠKE RAZLIČICE HOT DOGA, SO DOBILE SVOJE IME ZARADI PODOLGOVATE OBLIKE PSA, KI SPOMINJA NA HRENAVKO. IME TOREJ IZHAJA IZ PODOBNOSTI S PASMO IN NIMA NIČ DRUGEGA SKUPNEGA S PSI. **NEMŠKI PRISELJENCI SO NATO HRANO PRENESLI V AMERIKO, KJER JE DOBILA SVOJE IME - HOT DOG.** PRODAJALI SO JIH NA STOJNICAH IN KER JE BILO PREVEČ TEŽAVNO JESTI KLOBASO Z NAVADNIM KRUHOM, SO SE ODLOČILI, DA BOMBETE PREREŽEJO NA POL IN OMOGOČIJO ENOSTAVNO UŽIVANJE HRANE MED HOJO ALI SEDENJEM NA KLOPCI. SLEDIL JE ŠE EN NOV IZUM. KLOBASE SO ZAČELI KUHATI IN JIH NALAGATI V PREREZANE ŽEMLJE. **TAKO JE NASTALO IME HOT DOG.**

VIR: METROPOLITAN.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.

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.
 - Upošteevamo 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.
 - Učencem z zdravstvenimi težavami nudimo dietne obroke, ob predložitvi potrdila za medicinsko indicirano dieto.
 - Posamezna živila in jedi vsebujejo tudi nekatere alergene, ki so v sledovih. Kljub skrbnemu nadzoru pri pripravi živil ne moremo zagotoviti navzkrižne kontaminacije z alergeni pri jedeh.
 - 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.

