



JEDILNIK

FEBRUAR

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, 10. 02. 2025

MALICA: Polbela kajzerica (1), Aljaževa salama, ŠS sveža solata, voda

KOSILO: Kokošja juha s korenčkom, pečenica, matevž, kislo zelje

P.MALICA: Sadna skuta(7) , krekerji (1)



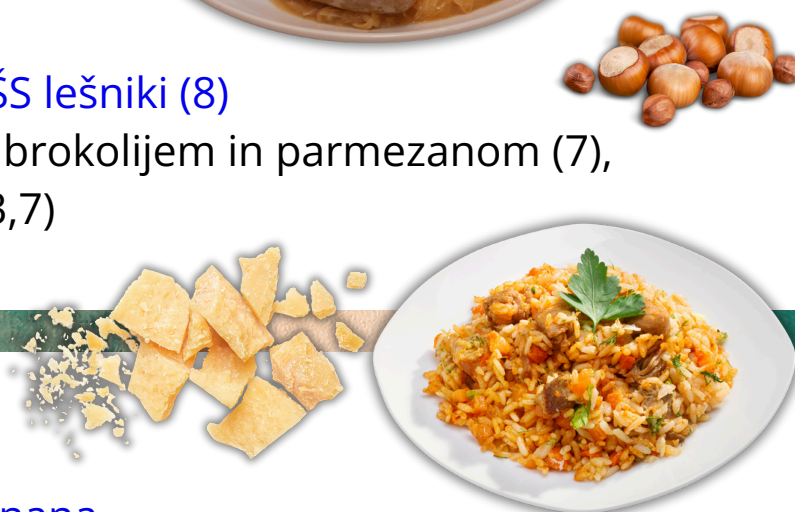
TOREK, 11. 02. 2025

MALICA: Jabolčni zavitek (1,3,7), čaj, ŠS lešniki (8)

KOSILO: Rižota s piščančjim mesom, brokolijem in parmezanom (7),

motovilec s fižolom, sadni mafin (1,3,7)

P.MALICA: Koruzni vafliji, sir (7)



SREDA, 12. 02. 2025

MALICA: Muesli z mlekom (1,7,8), banana

KOSILO: Špinačna juha, čufti (1,3), pire krompir (7), zeljna solata

P.MALICA: Pirina bombeta (1), posebna salama



ČETRTEK, 13. 02. 2025

MALICA: Pizza štručka (1,3,6,7), kefir (7)

KOSILO: Bučna juha, sirovi tortelini (1,3,7) z zeliščno omako,
zelena solata s čičeriko

P.MALICA: Tunin namaz (4,7), slanik (1)



MALICA: Ajdov kruh z orehi (1,8), marmelada, čaj

KOSILO: Ribji brodet (4), polenta (1), solata z rukolo, biskvitna rezina (1,3,7)

P.MALICA: Makovka (1), jabolko



14. februar, VALENTINOVO

Kljub temu, da na splošno velja, da naj bi bilo valentinovo praznik zaljubljenecv, pa slednje ne drži povsem.

Valentin, ki je živel v 3. stoletju, je bil zaprt zaradi krščanske vere. Zaljubil se je v slepo hčer svojega paznika. Pisal ji je pesmi (od tod navada pošiljanja verzov in pisem za valentinovo) in ji s svojimi prošnjami vrnil vid. **Vendar dandanes valentinovo ni le praznik zaljubljenecv, ampak tudi prijateljev in vseh, ki se imajo radi.** Ob tem prazniku si ljudje, ki se imajo radi, podarjajo zlasti cvetje, voščilnice in drobna darila.



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.
- 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.