**Jedilnik za mesec september 2023 za šolo**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SPET V**  **ŠOLO** | | |  | **datum** | obrok | jedilnik |
|  | 4. 9.  ponedeljek | zajtrk | müsli, mleko, suho sadje |
|  | malica | bio pirin kruh, sir, korenčkove palčke, domača limonada |
|  | kosilo | Grahova juha, govedina Stroganov, široki rezanci, zelena solata s koruzo |
|  | malica | Bio kamutovo pecivo, bio vanilijevo mleko |
|  |  |  |  |
|  | 5. 9.  torek | zajtrk | Umešana jajca, kisla paprika, čaj |
|  | malica | Prosena kaša, lešnikov posip, **ameriške borovnice** |
|  | kosilo | Minjonska juha, musaka, rdeča pesa |
|  | malica | Sirova štručka, jabolko |
|  |  |  |  |
|  | 6. 9.  sreda | zajtrk | Mlečni močnik, kakavov posip |
|  | malica | Kajzerica, sojina polpeta, list solate, čaj  **ŠS: ČEŠNJEV PARADIŽNIK** |
|  | kosilo | bobiči (koruzna mineštra), ajdovi štruklji z orehi, 100% jabolčni sok z vodo |
|  | malica | Mešano sadje (banana, nektarina), kruh s semeni |
|  |  |  |  |
|  | 7. 9.  četrtek | zajtrk | polnozrnat kruh, marmelada, kisla smetana, mleko |
|  | malica | hrenovka, štručka, ajvar, sadni čaj, jabolko |
|  | kosilo | juha iz bučk, piščančja rižota (tri žita) z zelenjavo, zelena solata z lečo |
|  | malica | Navadni jogurt, koruzni kosmiči |
| **datum** | **obrok** | **jedilnik** |  |  |  |  |
| 1. 9.  petek | malica | sendvič (polnozrnata žemlja, piščančja prsa, paradižnik), sok |  | 8. 9.  petek | zajtrk | sadni zajtrk (mešano sadje, kruh) |
|  | malica | francoski rogljiček, mleko, melona |
| kosilo | Zelenjavna enolončnica s kvinojo, kruh, palačinke |  | kosilo | cvetačna juha, ribji file, slan krompir, zelena solata s fižolom |
|  |  |  | malica | Sadno-žitna rezina, jabolko |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **datum** | obrok | | jedilnik | |  | | datum | obrok | jedilnik |
| 11. 9.  ponedeljek | | zajtrk | | Mlečni rogljiček, kakav |  | 18. 9.  ponedeljek | | zajtrk | Carski praženec, marmelada, mleko | |
| malica | | zeliščni čaj, črni kruh, sirni namaz, kalčki, hruška |  | malica | Polbel kruh, čičerikin namaz, sveža kumarica, čaj | |
| kosilo | | Puranji dunajski zrezek, pečen krompir, paradižnik in paprika v solati, limonada |  | kosilo | Puranji zrezek v naravni omaki, ajdovi njoki, paradižnikova solata z mocarello | |
| malica | | Crispy kruhki tri žita, lubenica |  | malica | **Bio sadni kefir**, polnozrnati grisini | |
|  |  | |  | |  | |  |  |  |
| 12. 9.  torek | zajtrk | | Šipkov čaj, čičerikin namaz, črni kruh | |  | | 19. 9.  torek | zajtrk | Sadni zajtrk |
| malica | | Mlečni riž, cimetov posip, melona | |  | | malica | Graham kruh, kuhan pršut, češnjev paradižnik, 100 % jabolčni sok z vodo |
| kosilo | | Golaž, polenta, rdeča pesa | |  | | kosilo | Grahovo meso, široki rezanci, kristalka s čičeriko |
| malica | | Korenčkove palčke, rezina sira, graham kruh | |  | | malica | Koruzna bombeta, sirni namaz z zelišči, sveža paprika |
|  |  | |  | |  | |  |  |  |
| 13. 9.  sreda | zajtrk | | ovseni kruh, medeno maslo, mleko, krhelj jabolka | |  | | 20. 9.  sreda | zajtrk | umešana jajca, sveža paprika, ovseni kruh, sadni čaj |
| malica | | črni kruh, mesno-zelenjavni namaz, bela kava  **ŠS: SLIVA** | |  | | malica | Buhte, suho sadje in oreščki, bela kava  **ŠS: GROZDJE** |
| kosilo | | Boranja, pire krompir, sladoled | |  | | kosilo | Čufti, pire krompir, paradižnikova omaka, 100% ananasov sok z vodo |
| malica | | mešano sadje (nektarina, slive), koruzni kruh | |  | | malica | Banana, riževi vaflji |
|  |  | |  | |  | |  |  |  |
| 14. 9.  četrtek | zajtrk | | Mlečni zdrob, suho sadje | |  | | 21. 9.  četrtek | zajtrk | Ajdov kruh, marmelada, maslo, čaj |
| malica | | Makovka, domači sadni jogurt s kmetije, jabolko | |  | | malica | **Eko pirin zdrob na eko mleku,** kakavov posip,hruška |
| kosilo | | Piščančji ragu z zelenjavo, polnozrnati kus kus, zelje s fižolom | |  | | kosilo | Telečja obara z vlivanci, kruh, marmorni kolač |
| malica | | Polnozrnati piškoti, sadje | |  | | malica | Polnozrnati kruh, jabolko |
|  |  | |  | |  | |  |  |  |
| 15. 9.  petek | zajtrk | | sirova štručka, zeliščni čaj | |  | | 22. 9.  petek | zajtrk | Polenta, mleko |
| malica | | müsli, mleko, hruška | |  | | malica | Polbeli kruh, trdo kuhano jajce, paprika, čaj |
| kosilo | | Kumarična juha, testenine peresniki, tunina omaka, mehka solata z lečo | |  | | kosilo | Losos v smetanovi omaki, ajdova kaša, zelena solata z lečo |
| malica | | Pletenka s sezamom, melona | |  | | malica | Smoothie, prepečenec |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **datum** | obrok | | jedilnik |
| 25. 9.  ponedeljek | zajtrk | ovseni kruh, sadni namaz, mleko | |  |
| malica | Štručka s semeni, mortadela, kisla kumarica, čaj | |  |
| kosilo | Sirovi ravioli, paradižnikova omaka, zelena solata s koruzo | |  |
| malica | Muffin, sadje | |  |
|  |  | |  |
| 26. 9.  torek | zajtrk | | Polbeli kruh, pašteta, kisla paprika, čaj |
| malica | | Sirov burek, navadni jogurt, melona |
| kosilo | | Štefani pečenka, pire krompir, krem špinača, sladoled |
| malica | | **Bio pirina štručka**, sadje |
|  |  | |  |
| 27. 9.  sreda | zajtrk | | graham kruh, maslo, korečkove palčke, planinski čaj |
| malica | | Rženi kruh, ribji namaz, sveža paprika, čaj  **ŠS: EKO JABOLKO** |
| kosilo | | Bučna juha, lazanja, rdeča pesa |
| malica | | Mlečna rezina, sadje |
|  |  | |  |
| 28. 9.  četrtek | zajtrk | | polenta, mleko |
| malica | | buhtelj, sok, jabolko |
| kosilo | | piščančji file v naravni omaki, riž z grahom, kristalka z lečo |
| malica | | mešano sadje (hruške, sliva), pirin kruh |
|  |  | |  |
| 29. 9.  petek | zajtrk | | ajdova žemlja, čaj |
| malica | | Polenta na mleku, breskev |
| kosilo | | Zelenjavna juha z ješprenjčkom, ocvrt oslič, krompirjeva solata |
| malica | | otroški piškoti, banana |

Slika, ki vsebuje besede razporejeno

Opis je samodejno ustvarjen

**ŠS**: Sadje in zelenjava v okviru ŠOLSKE SHEME.