

JEDILNIK ZA JANUAR OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI

Datum	Dopoldanska malica	Kosilo	Popoldanska malica
Po 3.	makovka, bela kava, suha jabolka	smetanova juha s krompirjem in fižolom, gratinirane palačinke s skuto, mešani kompot	juha s krompirjem in stročjim fižolom, kruh
To 4.	segedin golaž, črni kruh, mandarina	bistra juha z zakuho, ajdova kaša z mletim mesom solata iz kitajskega zelja, ovseni keksi	sadni jogurt z ovsenimi kosmiči
Sr 5.	rženi kruh, tunin namaz, olive, sadni čaj	goveja juha z rezanci, govedina, pražen krompir, rdeča pesa, puding s prelivom	goveja juha z rezanci, puding s prelivom
Če 6.	Shema sadja: jabolka mlečni riž s cimetovim posipom	brokolijeva juha, puranji zrezek v gobovi omaki, njoki, radič	polnozrnata žemlja, čokoladno mleko
Pe 7.	mešani kruh, piščančja prsa, sir, kumarice, čaj z limono	Grahova juha z zvezdicami, ocvrt ribji file, krompir v oblicah, mešana solata	mešani kruh, marmelada, mleko
Po 10.	domači kruh, maslo, med, mleko, jabolka	zelenjavna juha, sadni cmoki, jabolčni kompot	sadni cmoki, jabolčni kompot
To 11.	makaronovo meso, rdeča pesa, sadni čaj	minjon juha, rižota z zelenjavo, fižolova solata, sadna solata s smetano	minjon juha, sadna solata s smetano
Sr 12.	Shema mleka: mleko pica, čaj z limono, mandarina	kostna juha z vlivanci, svinjski zrezek v zelenjavni omaki, riž, kitajsko zelje s koruzo	grški jogurt s svežim sadjem
Če 13.	EKO mlečna ovsena kaša s cimetovim posipom, jabolko	bujta repa, matevž, čokoladni žepok	čokoladni žepok, mleko
Pe 14.	ovseni kruh, topljeni sir, paprika, čaj z medom	juha s fritati, špinača, pire krompir, zelenjavni polpeti	zelenjavni polpeti, kruh, čaj

JEDILNIK ZA JANUAR OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI

Po 17.	sirova štručka, kakav, suho sadje	zelenjavna juha, ocvrt puranji zrezek, pečen krompir, zelena solata	zelenjavna juha, kruh, jabolko
To 18.	pasulj, kruh, mešano sadje	gobova juha za ajdovo kašo, tortelini v smetanovi omaki, zelena solata	makovo pecivo, limonada
Sr 19.	Shema mleko: mleko polnozrnati kruh, sardinin namaz, olive, čaj	porova juha, piščančja bedra, mlinci, radič	skutina potička, kakav
Če 20.	Čokolino, banana	piščančji paprikaš, graham testenine, mešana solata, puding	polbeli kruh, čokoladni namaz, mleko
Pe 21.	kruh z otrobi, sirni namaz z drobnjakom, kakav	mineštra, ajdovi skutni štruklji, mešani kompot	ajdovi skutni štruklji, mešani kompot
Po 24.	Shema sadje: jabolka polbeli kruh, sir v lističih, kisle kumare, čaj z medom in limono	cvetačna juha, štefani pečenka, pire krompir, kitajsko zelje	francoski rogljiček z vaniljevo kremo, mleko
Dan prekmurskih jedi – preberi zgodbo o teh jedi			
To 25.	gobova juha, žemlja, jabolka	prekmurski bograč, prekmurska gibanica, sok	Prekmurski bograč, jabolčna čežana
Sr 26.	polnozrnati kruh, korenčkov namaz, bela kava	kostna juha z rezanci, piščančji zrezek v smetanovi omaki, kuskus, rdeča pesa	Sadni mlečni napitek, kruh, mandarina
Če 27.	mlečni močnik s kakavovim posipom, jabolka	brokolijeva juha, široki rezanci s tunino, zelen solata	sezamova štručka, vroča čokolada

JEDILNIK ZA JANUAR OŠ JANKA RIBIČA CEZANJEVCI

Dan prleških jedi – preberi zgodbo o teh jedeh			
Pe 28.	črni domači kruh, prleška tünka, čebula, čaj z medom	kisla repa s svinjino, krompir v kosih, prleška gibanca, jabolčni sok	prleška gibanca, jabolčni sok
Po 31.	žemlja, čokoladni namaz, kakav, mandarina	bistra juha z ribano kašo, mesna rižota, mešana solata	Sadni kefir, kruh, jabolka

Opomba:

S krepkim tiskom so označena živila/jedi, ki vsebujejo snovi, ki lahko povzročajo alergije in/ali preobčutljivost. Snovi so navedene v katalogu, ki je na oglasni deski in spletni strani šole.

V času **Covid-19** so sadje, kruh ali drugi predvideni dodatki ob določenem obroku učencem na voljo v razdelilnici hrane, saj v tem času sadni ali drugi kotiček ni priporočljiv.

Sadje, zelenjava ter mleko in mlečni izdelki v okviru [projekta Šolske sheme](#) so učencem na razpolago v času pouka (kot dodatni obrok malici, kosilu) ali ob koncu pouka. V jedilnik so tudi vključene jedi, ki jih učenci ne pokušajo pogosto. Učence spodbujamo k uživanju in pokušanju lokalnih regionalnih, slovenskih jedi, občasno pa tudi jedi izven naših meja.

Zaradi različnih dejavnikov, ki vplivajo na dobavo hrane ter organizacijo dela, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

Organizatorica šolske prehrane:
Jasna Lampreht

Ravnateljica:
Brigita Hojnik