

Jedilnik

15.4. do 19.4.2024

Dieta BREZ MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELEDA
polbeli KRUH (Gpš)
ČAJ
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
GORENJSKI ŽELODČEK (G,J)
KROMPIRJEVA SOLATA Z ZELJEM
DOMAČ KOMPOT

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
OVSENI ALI POLBELI KRUH (Gpš,S)
REDKVICE, ČAJ

KOSILO

TELEČJA OBARA (Gpš,Z)
AJDOVI ALI KORUZNI ŽGANCİ
Rižev napitek
SLADOLED brez alergenov

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

KUHAN RIŽ V SOJINEM
NAPITKU (S), KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
PURANJI ZREZEK v omaki brez alergenov
Krompir v kosih,
SOLATA S KORUZO

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MED
ČRNI KRUH (Gpš,S)
ČAJ, ANANAS

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA brez alergenov
Testenine (Gpš,J),
mesna omaka brez alergenov
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš,S)
čaj, **EKO BANANA**

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
TESTENINE (Gpš,J), VRTNARSKA
OMAKA S PIŠČANČEM brez
alergenov, SOLATA S FIŽOLOM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** – Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentrat

Jedilnik

Dieta BREZ LAKTOZE

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELEDA
polbeli KRUH (Gpš)
ČAJ
JABOLKO

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
OVSENI ALI POLBELI KRUH (Gpš,S)
REDKVICE, ČAJ

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

KOSMIČI BREZ ALERGENOV V
MLEKU BREZ LAKTOZE
KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
GORENJSKI ŽELODČEK (G,J)
KROMPIRJEVA SOLATA Z ZELJEM
DOMAČ KOMPOT

KOSILO

TELEČJA GOVEJA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
AJDOVI RUKOLI ZREZEK v omaki brez alergenov
rižev napitek, SLADOLED SOLATA S KORUZOKrompir v kosih, SOLATA S KORUZO

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
RUKOLNI ZREZEK v omaki brez alergenov

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MED
ČRNI KRUH (Gpš,S)
ČAJ, ANANAS

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš,S)
čaj, **EKO BANANA**

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA brez alergenov
Testenine (Gpš,J),
mesna omaka brez alergenov
SOLATA

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
TESTENINE (Gpš,J), VRTNARSKA
OMAKA S PIŠČANCEM brez
alergenov, SOLATA S FIŽOLOM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnatí piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakov (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentratí

Jedilnik

Dieta BREZ JAJC

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI, ROZINOV KRUH
PLANIKA (Gpš, L)
BELA KAVA (L)
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
GORENJSKI ŽELODČEK (G, J)
KROMPIRJEVA SOLATA Z ZELJEM
DOMAČ KOMPOT

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
OVSENI ALI POLBELI KRUH (Gpš, S)
REDKVICE, ČAJ

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
AJDOVI ALI KORUZNI ŽGANCİ
EKO MLEKO (L)
SLADOLED brez alergenov

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNA PROSENA KAŠA
(Gp, L)
Z EKO MLEKOM (L)
KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez alergenov
PURANJI ZREZEK V OMAKI brez alergenov
Krompir v kosih, SOLATA S KORUZO

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MED, MASLO (L)
ČRNI KRUH (Gpš, S)
ČAJ, ANANAS

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA brez alergenov
Testenine brez alergenov
Mesna omaka brez alergenov
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš, S)
LOKALNI JOGURT
PODJED, **EKO BANANA**

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
Testenine brez alergenov,
VRTNARSKA OMAKA S
PIŠČANCEM brez alergenov
SOLATA S FIŽOLOM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G)** in **pekovski izdelki** (G), **namazi** (čokoladni (O, L, S), marmelada (SO₂), pašteta (S, L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L)** in **mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L, O, G), masleni/polnozrnatí piškoti (G, J, L, O), palačinke (G, L, J), sladko pecivo (G, L, J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O, L, S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO₂** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentrati

Jedilnik

Dieta BREZ JAJC IN OREŠČKOV

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI KRUH PLANIKA (Gpš,L)
mleko (L)
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
GORENJSKI ŽELODČEK (G,J)
KROMPIRJEVA SOLATA Z
ZELJEM, DOMAČ KOMPOT

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
POLBELI KRUH (Gpš,S)
REDKVICE, ČAJ

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
AJDOVI ALI KORUZNI ŽGANCİ
EKO MLEKO (L)
SLADOLED brez alergenov

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNA PROSENA KAŠA
(Gp,L)
Z EKO MLEKOM (L)
KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez alergenov
PURANJI ZREZEK V OMAKI brez alergenov
Krompir v kosih, SOLATA S KORUZO

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MED, MASLO (L)
ČRNI KRUH (Gpš,S)
ČAJ, ANANAS

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA brez alergenov
Testenine brez alergenov
Mesna omaka brez alergenov
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš,S)
LOKALNI JOGURT
PODJED, **EKO BANANA**

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
Testenine brez alergenov,
VRTNARSKA OMAKA S
PIŠČANCEM brez alergenov
SOLATA S FIŽOLOM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnatí piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** – Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentri

Jedilnik

Dieta BREZ MLEKA, JAJC IN OREŠČKOV

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA
POLBELI KRUH (Gpš)
ČAJ
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
GORENJSKI ŽELODČEK (G,J)
KROMPIRJEVA SOLATA Z
ZELJEM, DOMAČ KOMPOT

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
POLBELI KRUH (Gpš,S)
REDKVICE, ČAJ

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
AJDOVI ALI KORUZNI ŽGANCI
SLADOLED brez alergenov

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

KUHAN RIŽ S SOJINIM
NAPITKOM (S)
KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez alergenov
PURANJI ZREZEK V OMAKI brez alergenov
Krompir v kosih, SOLATA S KORUZO

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MED
ČRNI KRUH (Gpš,S)
ČAJ, ANANAS

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA brez alergenov
Testenine brez alergenov
Mesna omaka brez alergenov
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš,S)
ČAJ, **EKO BANANA**

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
Testenine brez alergenov,
VRTNARSKA OMAKA S
PIŠČANCEM brez alergenov
SOLATA S FIŽOLOM

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO₂), pašteta (S,L), med, simi namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislja smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnat piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje, sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO₂** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentрати



DOBER TEK!

Jedilnik

Dieta BREZ GLUTENA, JAJC, MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA
brezglutenski kruh
ČAJ
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov, GORENJSKI
ŽELODČEK brez alergenov
KROMPIRJEVA SOLATA Z
ZELJEM, DOMAČ KOMPOT

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
brezglutenski kruh
REDKVICE, ČAJ

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
AJDOVI ŽGANCI
brez alergenov
SLADOLED brez alergenov

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

KUHAN RIŽ S SOJINIM
NAPITKOM (S)
KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez alergenov
PURANJI ZREZEK V OMAKI brez alergenov
Krompir v kosih
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MED
brezglutenski kruh
ČAJ, ANANAS

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA brez alergenov
testenine brez alergenov
mesna omaka brez alergenov
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

humus namaz
brezglutenski kruh
ČAJ, **EKO BANANA**

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
testenine brez alergenov,
VRTNARSKA OMAKA S
PIŠČANCEM brez alergenov
SOLATA S FIŽOLOM



Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO₂), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislja smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnat piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J)), **sezonsko sadje, sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO₂** - Žveplovi dioksidi in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentracije

DOBER TEK!

Jedilnik

Dieta Z MANJ HOLESTEROLA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI, ROZINOV KRUH
PLANIKA (Gpš, L)
BELA KAVA (L)
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA BREZ ZAKUHE
SIR NA ŽARU (L)
KROMPIRJEVA SOLATA Z
ZELJEM, DOMAČ KOMPOT

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
OVSENI ALI POLBELI KRUH (Gpš, S)
REDKVICE, ČAJ

KOSILO

TELEČJA OBARA (Gpš, Z)
AJDOVI ALI KORUZNI ŽGANCI
EKO MLEKO (L)
SLADOLED (G, L, O)

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNA PROSENA KAŠA
(Gp, L)
Z EKO MLEKOM (L)
KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
NARAVNA OMAKA (Gpš, L)
KROMPIRJEVI NJOKI (Gpš, J, L, S)
SOLATA S KORUZO

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MED, MASLO (L)
ČRNI KRUH (Gpš, S)
ČAJ, ANANAS

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA (Gpš, L)
KROMPIR V KOSIH,
PARADIŽNIKOVA OMAKA
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš, S)
LOKALNI JOGURT
PODJED, **EKO BANANA**

KOSILO

CVETAČNA JUHA (Gpš, J, L)
TESTENINE (Gpš, J), VRTNARSKA
OMAKA brez piščanca (Gpš, J, L)
SOLATA S FIŽOLOM



Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O, L, S), marmelada (SO₂), pašteta (S, L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L, O, G), masleni/polnozmatni piškoti (G, J, L, O), palačinke (G, L, J), sladko pecivo (G, L, J)), **sezonsko sadje, sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O, L, S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** - Žveplovi dioksidi in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentradi

Jedilnik

Dieta brez konzervansov, oreščkov in arašidov

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNI, KRUH PLANIKA (Gpš, L)
mleko (L)
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš, J, Z)
GORENJSKI ŽELODČEK (G, J)
KROMPIRJEVA SOLATA Z
ZELJEM, DOMAČ KOMPOT

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MED, MASLO (L)
ČRNI KRUH (Gpš, S)
ČAJ, ANANAS

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA (Gpš, L)
MESNA LAZANJA (Gpš, J, L)
SOLATA

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

Sir (L)
OVSENI ALI POLBELI KRUH (Gpš, S)
REDKVICE, ČAJ

KOSILO

TELEČJA OBARA (Gpš, Z)
AJDOVI ALI KORUZNI ŽGANCI
EKO MLEKO (L)
SLADOLED brez alergenov

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš, S)
LOKALNI JOGURT
PODJED, **EKO BANANA**

KOSILO

CVETAČNA JUHA (Gpš, J, L)
TESTENINE (Gpš, J), VRTNARSKA
OMAKA S PIŠČANCEM (Gpš, J, L)
SOLATA S FIŽOLOM

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNA PROSENA KAŠA
(Gp, L)
Z EKO MLEKOM (L)
KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš, J, Z)
PURANJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI (G)
KROMPIRJEVI NJOKI (Gpš, J, L, S)
SOLATA brez koruze



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O, L, S), marmelada (SO₂), pašteta (S, L), med, simi namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislja smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L, O, G), masleni/polnozrnati piškoti (G, J, L, O), palačinke (G, L, J), sladko pecivo (G, L, J), **sezonsko sadje, sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O, L, S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentri

Jedilnik

Dieta s sladkorno boleznijo

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Pirin rogljič (Gpš,S)
mleko (L)
JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe
GORENJSKI ŽELODČEK (G,J)
KROMPIRJEVA SOLATA Z ZELJEM
DOMAČ nesladkan KOMPOT

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
Pirin KRUH (Gpš,S)
REDKVICE, nesladkan čaj

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
AJDOVI ŽGANCI
jabolko

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNA PROSENA KAŠA
(Gp,L)
Z EKO MLEKOM (L)
½ KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA BREZ ZAKUHE
PURANJI ZREZEK V OMAKI BREZ ALERGENOV
KROMPIR V KOSIH
SOLATA BREZ KORUZE

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MASLO (L)
ČRNI KRUH (Gpš,J)
nesladkan čaj, jabolko

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA brez alergenov
Pirine testenine (Gpš,J), mesna
omaka brez alergenov, SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

Sir (L), nesladkan čaj
Črni kruh (Gpš,S)
JABOLKO

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
Polnozrnate TESTENINE (Gpš,J),
VRTNARSKA OMAKA S
PIŠČANCEM brez alergenov
SOLATA S FIŽOLOM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO₂), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislja smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje, sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO₂** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentrat

Jedilnik

Dieta BREZ GLUTENA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Domača marmelada
brezglutenski kruh
Mleko (L)

JABOLKO

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
GORENJSKI ŽELODČEK brez
alergenov
KROMPIRJEVA SOLATA Z
ZELJEM, DOMAČ KOMPOT

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
brezglutenski kruh
REDKVICE, ČAJ

KOSILO

TELEČJA OBARA brez alergenov
AJDOVI ŽGANCI brez alergenov
EKO MLEKO (L)
SLADOLED brez alergenov

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

**Kosmiči brez alergenov v eko
mleku**
KIVI

KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez
alergenov
PURANJI ZREZEK V OMAKI brez alergenov
Krompir v kosih
SOLATA

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MED, MASLO (L)
brezglutenski kruh
ČAJ, ANANAS

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA brez alergenov
Testenine brez alergenov
Mesna omaka brez alergenov
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

Sir (L)
brezglutenski kruh, **EKO
BANANA**

KOSILO

CVETAČNA JUHA brez alergenov
TESTENINE brez alergenov,
VRTNARSKA OMAKA S
PIŠČANCEM brez alergenov
SOLATA S FIŽOLOM



Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO₂; **EKO** jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO₂), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnatí piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje, sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakav (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO₂** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje, mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentri

Jedilnik

Dieta BREZ OREŠČKOV, ARAŠIDOV, MEDU, SOJE

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

PONEDELJEK

MALICA DOPOLDANSKA

Domača marmelada
Črni kruh (Gpš)
Čaj, jabolko

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
GORENJSKI ŽELODČEK (G,J)
KROMPIRJEVA SOLATA Z ZELJEM
DOMAČ KOMPOT

TOREK

MALICA DOPOLDANSKA

TUNA V OLJU (R1)
OVSENI ALI POLBELI KRUH (Gpš,S)
REDKVICE, ČAJ

KOSILO

TELEČJA OBARA (Gpš,Z)
AJDOVI ALI KORUZNI ŽGANCI
EKO MLEKO (L)
SLADOLED brez alergenov

SREDA

MALICA DOPOLDANSKA

MLEČNA PROSENA KAŠA
(Gp,L)
Z EKO MLEKOM (L)
kivi

KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)
PURANJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI(G)
Krompir v kosih
SOLATA S KORUZO

ČETRTEK

MALICA DOPOLDANSKA

MASLO (L)
ČRNI KRUH (Gpš,S)
ČAJ, ANANAS

KOSILO

ŠPINAČNA JUHA (Gpš,L)
MESNA LAZANJA (Gpš,J,Z)
SOLATA

PETEK

MALICA DOPOLDANSKA

SLANIK (Gpš,S)
LOKALNI JOGURT
PODJED, JABOLKO

KOSILO

CVETAČNA JUHA (Gpš,J,L)
TESTENINE (Gpš,J), VRTNARSKA
OMAKA S PIŠČANCEM (Gpš,J,L)
SOLATA S FIŽOLOM



DOBER TEK!

Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO2; EKO jedi - več kot 95% živil iz Eko živil.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Popoldansko malico sestavljajo: različne vrste **kruha (G) in pekovski izdelki (G)**, **namazi** (čokoladni (O,L,S), marmelada (SO2), pašteta (S,L), med, sirni namaz (L)), **mleko (L) in mlečni izdelki** (jogurti (L), sir (L), skuta (L), kefir (L), kislá smetana (L), skuta (L), sladoled (L), puding (L,O,G), masleni/polnozrnati piškoti (G,J,L,O), palačinke (G,L,J), sladko pecivo (G,L,J), **sezonsko sadje**, **sveža zelenjava**, od **napitkov**: čaj, mleko (L), kakov (O,L,S), sok 100%

Alergeni:

A – Arašidi in proizvodi iz njih, **G** - Gluten, žita (pšenica, pira, ječmen kamut, oves, rž, kus kus in proizvodi iz njih) **GS** - Gorčično seme in njegovi proizvodi **J** – Jajca in njihovi proizvodi, **L** - Mleko in mlečni izdelki z laktozo in mlečnimi beljakovinami, **M** – Mehkužci in njihovi proizvodi, **O** – Oreški in

njihovi proizvodi, **R1** – Ribe in njihovi proizvodi, **R2** – Raki in njihovi proizvodi, **S** – Soja in njeni proizvodi, **SO2** - Žveplov dioksid in sulfidi; suho sadje,

mesni izdelki, **SS** - Sezamovo seme in proizvodi iz njega, **V** - Volčji bob in proizvodi iz njega, **Z** - listna zelena ; juha, koncentri