

# Jedilnik

22.4. do 26.4.2024

Dieta BREZ MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama  
AJDOV KRUH (G)  
ČAJ, SVEŽA PAPIRIKA

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)  
DUŠENA GOVEDINA  
KUS KUS (G,J)  
SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

HOT DOG ŠTRUČKA (Gpš,S)  
PIŠČANČJA HRENOVKA (S)  
GORČICA (GS), 100% SOK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov  
PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA S KORUZO

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA (S)  
OVSENI KRUH (G)  
ČAJ, KISLE KUMARICE (GS)

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez alergenov  
MAKARONOVO MESO (Gpš,J)  
ZELJNATA SOLATA

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Kuhan riž z riževim napitkom  
BANANA

### KOSILO

ZELJNJAVA JUHA brez alergenov  
PIŠČANČJE KRAČE  
Kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Domača marmelada  
PIRIN KRUH (Gpš)  
ČAJ, JABOLKO

### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA Z METULJČKI  
brez alergenov  
PALAČINKE brez alergenov Z  
MARMELADO, DOMAČ KOMPOT



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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 LAKTOZE

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama  
AJDOV KRUH (G)  
ČAJ, SVEŽA PAPRIKA

### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)  
DUŠENA GOVEDINA  
KUS KUS (G,J)  
SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

HOT DOG ŠTRUČKA (Gpš,S)  
PIŠČANČJA HRENOVKA (S)  
GORČICA (GS), 100% SOK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov  
PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA S KORUZO

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA (S)  
OVSENI KRUH (G)  
ČAJ, KISLE KUMARICE (GS)

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez alergenov  
MAKARONOVO MESO (Gpš,J)  
ZELJNATA SOLATA

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Muisli kosmiči z mlekom brez laktoze  
BANANA

### KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez  
Alergenov, PIŠČANČJE KRAČE  
Kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Domača marmelada  
PIRIN KRUH (Gpš)  
ČAJ, JABOLKO

### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA Z METULJČKI  
brez alergenov  
PALAČINKE brez alergenov Z  
MARMELADO, DOMAČ KOMPOT



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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 JAJC

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TOPLJENI SIRČEK (L)  
AJDOV KRUH (G)  
ČAJ, SVEŽA PAPRIKA

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov, kuhan krompir  
DUŠENA GOVEDINA  
SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

HOT DOG ŠTRUČKA (Gpš,S)  
PIŠČANČJA HRENOVKA (S)  
GORČICA (GS), 100% SOK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov, PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA S KORUZO

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA (S)  
OVSENI KRUH (G)  
ČAJ, KISLE KUMARICE (GS)

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez alergenov  
testenine brez alergenov z  
mesno omako brez alergenov  
ZELJNATA SOLATA

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

MUSLI KOSMIČI brez alergenov  
**EKO MLEKO (L)**  
jabolko

### KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov  
PIŠČANČJE KRAČE  
kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
PIRIN KRUH (Gpš)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuho brez  
alergenov  
PALAČINKE brez alergenov Z  
MARMELADO, DOMAČ KOMPOT



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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 JAJC IN OREŠČKOV

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

TOPLJENI SIRČEK (L)  
polbeli KRUH (G)  
ČAJ, SVEŽA PAPRIKA

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov, kuhan krompir  
DUŠENA GOVEDINA  
SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

HOT DOG ŠTRUČKA (Gpš,S)  
PIŠČANČJA HRENOVKA (S)  
GORČICA (GS), 100% SOK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov, PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA brez koruze

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA (S)  
polbeli KRUH (G)  
ČAJ, KISLE KUMARICE (GS)

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
Alergenov, testenine brez  
alergenov z mesno omako  
brez alergenov,  
ZELJNATA SOLATA

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

MUSLI KOSMIČI brez alergenov  
**EKO MLEKO (L)**  
jabolko

### KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov  
PIŠČANČJE KRAČE  
kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
PIRIN KRUH (Gpš)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuho brez  
alergenov  
PALAČINKE brez alergenov Z  
MARMELADO, DOMAČ KOMPOT



**DOBER TEK!**

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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 MLEKA, JAJC IN OREŠČKOV

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

## PONEDELJEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama  
polbeli KRUH (G)  
ČAJ, SVEŽA PAPRIKA

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov, kuhan krompir  
DUŠENA GOVEDINA  
SOLATA

## TOREK

### MALICA DOPOLDANSKA

HOT DOG ŠTRUČKA (Gpš,S)  
PIŠČANČJA HRENOVKA (S)  
GORČICA (GS), 100% SOK

### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov, PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA brez koruze

## SREDA

### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA (S)  
polbeli KRUH (G)  
ČAJ, KISLE KUMARICE (GS)

### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov, testenine brez  
alergenov z mesno omako  
brez alergenov,  
zeljnata solata

## ČETRTEK

### MALICA DOPOLDANSKA

Kuhan riž z riževim napitkom  
BANANA

### KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov  
PIŠČANČJE KRAČE  
kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

## PETEK

### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA  
PIRIN KRUH (Gpš)  
ČAJ, SADJE

### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuho brez  
alergenov  
PALAČINKE brez alergenov Z  
MARMELADO, DOMAČ KOMPOT



**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/polnozrnat 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, koncentradi

# Jedilnik

## Dieta BREZ GLUTENA, JAJC, MLEKA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

### PONEDELJEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

Suha salama  
brezglutenski kruh  
ČAJ, SVEŽA PAPRIKA

#### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov, kuhan krompir  
DUŠENA GOVEDINA  
SOLATA

### TOREK

#### MALICA DOPOLDANSKA

brezglutenski kruh  
PIŠČANČJA HRENOVKA (S)  
GORČICA (GS), 100% SOK

#### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov, PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA brez koruze

### SREDA

#### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA (S)  
brezglutenski kruh  
ČAJ, KISLE KUMARICE (GS)

#### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov, testenine brez  
alergenov z mesno omako  
brez alergenov,  
zeljnata solata

### ČETRTEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

Kuhan riž z riževim napitkom  
BANANA

#### KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov  
PIŠČANČJE KRAČE  
kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

### PETEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

DOMAČA MARMELADA  
brezglutenski kruh  
ČAJ, SADJE

#### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA z zakuho brez  
alergenov  
PALAČINKE brez alergenov Z  
MARMELADO, DOMAČ KOMPOT



#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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, koncentri

**DOBER TEK!**

# Jedilnik



## Dieta Z MANJ HOLESTEROLA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

### PONEDELJEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

TOPLJENI SIRČEK (L)  
AJDOV KRUH (G)  
ČAJ, SVEŽA PAPRIKA

#### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe  
KUS KUS (G,J)  
Kuhana zelenjava  
SOLATA

### TOREK

#### MALICA DOPOLDANSKA

HOT DOG ŠTRUČKA (Gpš,S)  
Sir (L)  
100% SOK

#### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov  
Sir na žaru (L)  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA S KORUZO

### SREDA

#### MALICA DOPOLDANSKA

Humus namaz  
OVSENI KRUH (G)  
ČAJ, KISLE KUMARICE (GS)

#### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe  
Testenine s paradižnikovo  
Omako, ZELJNATA SOLATA

### ČETRTEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

MUSLI KOSMIČI (G,S,L,J,O,A)  
EKO MLEKO (L)  
BANANA

#### KOSILO

ZELJNAVNA JUHA (Gpš,J,Z)  
MLINCI (Gpš,J,S), DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

### PETEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
PIRIN KRUH (Gpš)  
ČAJ, SADJE

#### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA Z METULJČKI  
(Gpš,J,Z)  
PALAČINKE Z MARMELEDO  
(Gpš,J,L), DOMAČ KOMPOT



#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; 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 (SO<sub>2</sub>), pašteta (S,L), med, simi 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, **SO<sub>2</sub>** - 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, koncentracije

# Jedilnik

## Dieta brez konzervansov, oreščkov in arašidov

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

### PONEDELJEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

TOPLJENI SIRČEK (L)  
AJDOV KRUH (G)  
ČAJ, SVEŽA PAPRIKA

#### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)  
DUŠENA GOVEDINA  
KUS KUS (G,J)  
SOLATA

### TOREK

#### MALICA DOPOLDANSKA

HOT DOG ŠTRUČKA (Gpš,S)  
PIŠČANČJA HRENOVKA (S)  
Brez gorčice, 100% SOK

#### KOSILO

KORENČKOVA JUHA (Gpš,J,Z)  
PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA brez koruze

### SREDA

#### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA (S)  
OVSENI KRUH (G)  
ČAJ, jabolko

#### KOSILO

GOVEJA JUHA Z ZAKUHO (Gpš,J,Z)  
MAKARONOVO MESO (Gpš,J)  
ZELJNATA SOLATA

### ČETRTEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

MUSLI KOSMIČI brez alergenov  
**EKO MLEKO (L)**  
BANANA

#### KOSILO

ZELENJAVNA JUHA (Gpš,J,Z)  
PIŠČANČJE KRAČE  
Kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

### PETEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
PIRIN KRUH (Gpš)  
ČAJ, SADJE

#### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA Z METULJČKI  
(Gpš,J,Z)  
PALAČINKE Z MARMELEDO  
(Gpš,J,L), DOMAČ KOMPOT



## DOBER TEK!

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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

TOPLJENI SIRČEK (L)  
AJDOV KRUH (G)  
nesladkan čaj, SVEŽA PAPRIKA

#### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe  
DUŠENA GOVEDINA  
Kuhan krompir  
SOLATA

### TOREK

#### MALICA DOPOLDANSKA

Polnozrnat kruh (Gpš,S)  
PIŠČANČJA HRENOVKA (S)  
nesladkan čaj, jabolko

#### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez zakuhe  
PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA brez koruze

### SREDA

#### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA (S)  
OVSENI KRUH (G)  
nesladkan čaj,  
KISLE KUMARICE (GS)

#### KOSILO

GOVEJA JUHA brez zakuhe  
Pirine testenine z mesno omako  
brez alergenov, ZELJNATA SOLATA

### ČETRTEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

Ovseni kosmiči  
**EKO MLEKO (L)**  
jabolko

#### KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov  
PIŠČANČJE KRAČE  
Kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

### PETEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
PIRIN KRUH (Gpš)  
nesladkan čaj, SADJE

#### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA brez alergenov  
Ajdove PALAČINKE s skuto (J,L),  
DOMAČ nesladkan KOMPOT



## DOBER TEK!

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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 GLUTENA

OŠ prof. dr. Josipa Plemlja Bled

### PONEDELJEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

TOPLJENI SIRČEK (L)  
Brezglutenski kruh  
ČAJ, SVEŽA PAPRIKA

#### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov  
DUŠENA GOVEDINA  
Kuhan krompir  
SOLATA

### TOREK

#### MALICA DOPOLDANSKA

Brezglutenski kruh  
PIŠČANČJA HRENOVKA (S)  
GORČICA (GS), 100% SOK

#### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov  
PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA brez koruze

### SREDA

#### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA (S)  
Brezglutenski kruh  
ČAJ, KISLE KUMARICE (GS)

#### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho  
brez allergenov, testenine brez  
alergenov z mesno omako  
ZELJNATA SOLATA

### ČETRTEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

MUSLI KOSMIČI brez allergenov  
EKO MLEKO (L)  
BANANA

#### KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez allergenov  
PIŠČANČJE KRAČE  
Kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

### PETEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
Brezglutenski kruh  
ČAJ, SADJE

#### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA brez allergenov  
PALAČINKE brez allergenov Z  
MARMELADO, DOMAČ KOMPOT



#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; 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 (SO<sub>2</sub>), 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, **SO<sub>2</sub>** - 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

TOPLJENI SIRČEK (L)  
polbeli KRUH (G)  
ČAJ, SVEŽA PAPRIKA

#### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez  
alergenov  
DUŠENA GOVEDINA  
Kuhan krompir  
SOLATA

### TOREK

#### MALICA DOPOLDANSKA

HOT DOG ŠTRUČKA (Gpš,S)  
PIŠČANČJA HRENOVKA brez  
alergenov  
GORČICA (GS), 100% SOK

#### KOSILO

KORENČKOVA JUHA brez  
alergenov  
PURANJI RAŽNJIČI  
PEČEN KROMPIR  
SOLATA brez koruze

### SREDA

#### MALICA DOPOLDANSKA

SALAMA PIŠČANČJA PRSA  
polbeli KRUH (G)  
ČAJ, KISLE KUMARICE (GS)

#### KOSILO

GOVEJA JUHA z zakuho brez alergenov  
Testenine brez alergenov  
z mesno omako  
ZELJNATA SOLATA

### ČETRTEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

MUSLI KOSMIČI brez alergenov  
**EKO MLEKO (L)**  
BANANA

#### KOSILO

ZELENJAVNA JUHA brez alergenov  
PIŠČANČJE KRAČE  
Kuhan krompir, DUŠENO  
ZELJE, SOLATA

### PETEK

#### MALICA DOPOLDANSKA

KISLA SMETANA (L)  
polbeli KRUH (Gpš)  
ČAJ, SADJE

#### KOSILO

FIŽOLOVA JUHA Z METULJČKI  
brez alergenov  
PALAČINKE brez alergenov Z  
MARMELADO, DOMAČ KOMPOT



## DOBER TEK!

#### Legenda:

Solate začinjene s kisom vsebujejo alergen SO<sub>2</sub>; **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 (SO<sub>2</sub>), pašteta (S,L), med, simi 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, **SO<sub>2</sub>** - 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