

JEDILNIK za OKTOBER 2024

SREDNJA ŠOLA JOSIPA JURČIČA IVANČNA GORICA



Lakota je najboljša začimba.

Ideje krepijo naše telo,
kot telo krepi hrana.

meni	ponedeljek, 30. september 2024	torek, 1. oktober 2024	sreda, 2. oktober 2024	četrtek, 3. oktober 2024	petek, 4. oktober 2024
mesni	Puranji paprikaš, ajdova kaša, zelena solata z lečo (1,3)	Mesne kroglice iz mesa* v paradižnikovi omaki, pire krompir, rdeča pesa (1,2,3)	Piščančje krače, krompirjeva solata	Enolončnica iz stročjega fižola z govejim mesom, kruh, palačinke z marmelado (1,2,3)	Piščančje hrenovke, krompir v kosih, kremna špinača (1,2,3)
brezmesni	Šampinjoni v smetanovi omaki, ajdova kaša, zelena solata z lečo (1,3)	Zelenjavne kroglice v paradižnikovi omaki, pire krompir, rdeča pesa (1,2,3)	Zelenjavni polpet, krompirjeva solata (1,2,3)	Enolončnica iz stročjega fižola, kruh, palačinke z marmelado (1,2,3)	Vegi hrenovka, krompir v kosih, kremna špinača (1,2,3)
popoldanska malica	(Bio) pizza* (šunka-sir), sadje (1,2,3)	Polnozrnata štručka, čičerikin namaz, banana (1)	Sirni burek, tekoči jogurt (1,2,3)	Pirina štručka s piščančjim namazom in kumaricami (1,3)	Buhtelj z marmelado, kefir (1,2,3)
meni	ponedeljek, 7. oktober 2024	torek, 8. oktober 2024	sreda, 9. oktober 2024	četrtek, 10. oktober 2024	petek, 11. oktober 2024
mesni	Polnozrnate testenine z milansko omako, zelena solata (1,2,3)	Piščančja tortilija z zelenjavo, zelena solata (1,3)	Goveji golaž, pire krompir, zeljna solata (1,3)	Jota s kislom repo in prekajenim mesom, kruh, skutni štruklji (1,2,3)	Čvetačni polpet, testeninska solata (1,2,3)
brezmesni	Polnozrnate testenine z zelenjavno omako, zelena solata (1,2,3)	Zelenjavna tortilija, zelena solata (1,3)	Zelenjavni golaž, pire krompir, zeljna solata (1,3)	Jota s kislom repo, kruh, skutni štruklji (1,2,3)	Cvetalni polpet, testeninska solata (1,2,3)
popoldanska malica	Polnozrnato pekovsko pekovsko pecivo s sirom, čokoladno mleko (1,2,3)	Špinačni namaz v ajdovem kruhu, sadje (1,3)	Sendvič s pirino štručko, sadje (1,3)	Črna štručka s puranjo salamo, sirom in zelenjavo (1,3)	Polnozrnata štručka z jajčnim namazom, sadje (1,2)
meni	ponedeljek, 14. oktober 2024	torek, 15. oktober 2024	sreda, 16. oktober 2024	četrtek, 17. oktober 2024	petek, 18. oktober 2024
mesni	Rižota z zelenjavo in s piščančjim mesom, zelena solata (1,3)	Puranji zrezek v omaki, pire krompir, zeljna solata (1,3)	Musaka z mletim govejim mesom* in melancani, rdeča pesa (1,2,3)	Ričet z mesom, kruh, kremna rezina (1,2,3)	Paniran file repaka, krompirjeva solata (1,2,3)
brezmesni	Rižota z zelenjavo, zelena solata (1,3)	Cvetačni polpet, pire krompir, zeljna solata (1,3)	Zelenjavna musaka, rdeča pesa (1,2,3)	Ričet, kruh, kremna rezina (1,2,3)	Sir na žaru, krompirjeva solata (1,2,3)
popoldanska malica	Štručka s semeni, avokadov namaz in paradižnik (1,3)	Polnozrnata rogljiček, tekoči sadni jogurt (1,2,3)	Polbela štručka z ribjim namazom in paradižnikom (1,3)	Sendvič s pirino štručko, sadje (1,3)	Polnozrnata štručka z namazom iz čičerike in korenja, sadje (1,3)
meni	ponedeljek, 21. oktober 2024	torek, 22. oktober 2024	sreda, 23. oktober 2024	četrtek, 24. oktober 2024	petek, 25. oktober 2024
mesni	Boranja s telečjim mesom*, krompir v kosih, zeljna solata s koruzo (1,3)	Puranji trakci v zelenjavni omaki, ajdova kaša, solata (1,3)	Svinjski zrezek* v omaki, kus kus, solata (1,3)	Telečji paprikaš, svaljki iz polnozrnate moke, paradižnikova solata (1,2,3)	Enolončnica s čičeriko in testeninami, kruh, žepok s chia semeni (1,2,3)
brezmesni	Zelenjavna boranja, krompir v kosih, zeljna solata s koruzo (1,3)	Zelenjavna omaka, ajdova kaša, solata (1,3)	Zelenjavna omaka, kus kus, solata (1,3)	Zelenjavni paprikaš, svaljki iz polnozrnate moke, paradižnikova solata (1,3)	Enolončnica s čičeriko in testeninami, kruh, žepok s chia semeni (1,2,3)
popoldanska malica	Polnozrnata francoski rogljiček s čokolado, jogurt (1,2,3)	Ovsena štručka s fižolovim namazom, sadje (1,3)	Koruzna štručka, puranja salama, sir in kumare (1,3)	Pletena štručka z makom, tekoči sadni jogurt (1,3)	Pizza s sirom*, sadje (1,2,3)
meni	ponedeljek, 28. oktober 2024	torek, 29. oktober 2024	sreda, 30. oktober 2024	ALERGENI: 1 žita, ki vsebujejo gluten; 2 jajca; 3 mleko in mlečni izdelki, ki vsebujejo laktozo; 4 ribe; 5 raki; 6 mehkužci; 7 arašidi; 8 oreščki; 9 sezamovo seme; 10 gorčično seme; 11 zrnje soje; 12	
mesni	Sirovi tortelini, smetanova omaka, zeljna solata (1,2,3)	Svinjska pečenka, pražen krompir, zelena solata (1,3)	Obara z vlivanci, cmoki s sadnim nadevom (1,2,3)		
brezmesni	Sirovi tortelini, smetanova omaka, zeljna solata (1,3)	Ocvrt sir, pražen krompir, zelena solata (1,2,3)	Brezmesna obara z vlivanci, cmoki s sadnim nadevom (1,2,3)		
popoldanska malica	Sendvič s kuhanim pršutom, sirom in kumaricami (1,2,3)	Buhtelj s čokolado, mleko (1,2,3)	Sirni burek, tekoči jogurt (1,2,3)	V jedeh, kjer je posamezno živilo označeno z zvezdico *, je uporabljeno ekološko živilo Opomba: spremembe jedilnika so možne v primeru tehničnih in kadrovskih	

