

Osnovna šola Matije Čopa Kranj

JEDILNIK ZA MESEC NOVEMBER 2019

DIETA BREZ JAJC

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO
PON.	4.11.	vaški polbeli kruh 1, piščančja pašteta, kisl zelje, čaj	gobova juha 1, 7, špageti z govejo mesno omako 1,7, parmezan 7, mešana solata, sadje, voda
TOR.	5.11.	polenta z mlekom 1,7, sadje	goveja juha z zakuho brez jajc 1, 9, krompir v kosih, blitva, ocvrt ribji file brez jajc 1, 7, solata, voda
SRE.	6.11.	ovseni kruh 1, čičerikin namaz 1, kisl paprika, čaj SHEMA SADJA	juha s cmochki brez jajc 1,7,9, mesna lazanja brez jajc 1,7, mešana solata, navadni jogurt, voda
ČET.	7.11.	hot dog štručka 1, 7, piščančja hrenovka, gorčica, čaj	segedin s svinjskim mesom, koruzni žganci 1, pecivo brez jajc 1, 7, čaj
PET.	8.11.	ržen kruh 1, med, maslo 7, bela kava 1,7	korenčkova juha z zakuho brez jajc 1, zelenjavna rižota iz različnih žit1, mešana solata, voda
PON.	11.11.	ovseni kruh 1, ribji namaz 7, kisl zelje, čaj	grahova juha z zakuho brez jajc 1,,7, puranova pečenka v omaki, zelenjavna priloga, kruhov cmok brez jajc 1, 7, mešana solata, sadje, čaj
TOR.	12.11.	čokolino 1,7, suho sadje 12	prežganka brez jajc 1, pečen piščanec, rdeče zelje v omaki1, svaljki brez jajc 1, 7, čaj
SRE.	13.11.	pisan kruh 1, domač zeliščni namaz 7, sadje, čaj SHEMA SADJA	goveja juha z zakuho brez jajc 1, 7, kuhana govedina, pražen krompir, bučke v omaki, solata, voda
ČET.	14.11.	črni kruh 1, polsuha goveja salama, kisl kumarice, čaj	bučna juha 7, zelenjavna musaka brez jajc 1,7, solata, sadje, voda
PET.	15.11.	vaški polbeli kruh 1, med, maslo 7, mleko 7, jabolko (TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK) energijska ploščica 5,7,8, sok	jota s klobaso, ajdovi štruklji z orehi brez jajc 1, 7, čežana, čaj
PON.	18.11.	pirinkruh 1, kuhan pršut, kisl zelje, čaj	korenčkova juha z zakuho brez jajc 1, 7, mesni tortelini brez jajc 1, 7, rdeča pesa v solati, voda
TOR.	19.11.	kruh s semeni 1, čokoladni namaz 1,8,5, mleko 7, sadje	porova juha 1, goveji golaž 1, polenta 1,7, mešana solata, navadni jogurt 7, voda

SRE.	20.11.	koruzni žganci 1, 7, mleko 7, črni kruh 1 SHEMA SADJA	goveja juha s kroglicami brez jajc 1, 9, pečen piščanec, kus-kus 1,7, zelenjavna priloga, solata, voda
ČET.	21.11.	ajdov kruh z orehi 1, rezina sira 7, list solate, sadje, čaj	prežganka brez jajc 1, pražen krompir, zelenjavna priloga, pečen losos, mešana solata, voda
PET.	22.11.	makovke 1,7, marmelada, maslo 7, kakav 7	zelenjavna kremna juha s kruhovimi kockicami brez jajc 1, 7, zelenjavna pizza 1, solata, sadje, voda
PON.	25.11.	mlečni riž 1,7, sadje	zelenjavna juha 1, makaronovo meso brez jajc 1, 7, mešana solata, jogurt 7, napitek
TOR.	26.11.	ovseni kruh 1, ribji namaz 7, kislo zelje, čaj	ričet z zelenjavo 1,9, pecivo brez jajc 1, 7, kompot, čaj
SRE.	27.11.	ržen kruh 1, tamar sir7, paradižnik, čaj SHEMA SADJA	cvetačna juha 1, 7, pečenica, kislo zelje 1, slan krompir, voda
ČET.	28.11.	burek brez jajc 1,7, navadni jogurt 7	goveja juha z zakuho brez jajc 1, 9, kuhana govedina, dušen riž, kremna špinača, , solata, voda
PET	29.11.	koruzni kruh, piščančje prsi, kisle kumarice, čaj	grahova juha 1,7, pire krompir presenečenja 1,7, ocvrt puranov file brez jajc 1, 7, rdeča pesa v solati, voda

Zaradi narave dela lahko včasih pride do spremembe jedilnika. Hvala za razumevanje in dober tek.

SREDA JE DAN BREZ DODANEGA SLADKORJA!

Osnovna šola Matije Čopa Kranj

MALICA V OPB NOVEMBER 2019

DIETA BREZ JAJC

DAN	DATUM	MALICA
PON.	4.11.	koruzna bombeta s sirom in bučnimi semeni 1,7, sadje
TOR.	5.11.	pisan kruh 1,7, sadje
SRE.	6.11.	presta 1, sadje

ČET.	7.11.	pašteta, ovseni kruh 1
PET.	8.11.	sadje, štručka 1,7
PON.	11.11.	sadje, polnozrnati grisini 1,7
TOR.	12.11.	kajzerica 1, sadje
SRE.	13.11.	sadje, temna štručka s sezamom 1,7
ČET.	14.11.	sadni jogurt 7 , polbeli kruh 1
PET.	15.11.	sadna skuta 7
PON.	18.11.	sadje, kruh s semeni 1
TOR.	19.11.	jabolčni zavitek brez jajc 1, 7
SRE.	20.11.	krekerji 1,7, sok
ČET.	21.11.	polnozrnati kolač brez jajc 1, 7
PET.	22.11.	jogurt 7, polbeli kruh 1
PON.	25.11.	sadje, koruzna bombetka 1,7
TOR.	26.11.	toplejni sir 7, polbeli kruh 1
SRE.	27.11.	sezamove palčke 1,7, sadje
ČET.	28.11.	jogurt7, polbeli kruh1
PET.	29.11.	prepečenec 1,7, sok