

Osnovna šola Matije Čopa Kranj

JEDILNIK ZA MESEC NOVEMBER 2019

DIETA BREZ MLEKA

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO
PON.	4.11.	vaški polbeli kruh 1, pašteta, kisló zelje, čaj	gobova juha brez mleka 1, špageti z govejo mesno omako brez mleka 1, mešana solata, sadje, voda
TOR.	5.11.	polenta z riževim mlekom 1, , sadje	juha s cmočki brez mleka 1,3, 9, mesna lazanja brez mleka 1,3, mešana solata, navadni jogurt, voda
SRE.	6.11.	ovseni kruh 1, mesno zelenjavni namaz brez mleka 1, kislá paprika, čaj SHEMA SADJA	goveja juha z zakuho 1,3,9, krompir v kosih, blitva, ocvrt ribji file 1,3, solata, voda
ČET.	7.11.	hot dog štručka brez mleka 1, piščančja hrenovka, ketchup, čaj	segedin s piščančjim mesom, koruzni žganci 1, korenčkovo pecivo brez mleka 1, 3, čaj
PET.	8.11.	ržen kruh 1, med, namaz brez mleka , bela kava iz riževega mleka 1	korenčkova juha z zakuho 1,3, zelenjavna rižota iz različnih žit1, mešana solata, voda
PON.	11.11.	ovseni kruh 1 , ribe iz konzerve, kisló zelje, čaj	grahova juha z zakuho brez mleka 1,3, puranova pečenka v omaki, zelenjavna priloga kruhov cmok brez mleka 1,3, mešana solata, sadje, čaj
TOR.	12.11.	čokolino z ovsenim mlekom 1, suho sadje 12	prežganka 1,3, pečen piščanec, rdeče zelje v omaki1, mlinci, čaj
SRE.	13.11.	pisan kruh 1, domač zeliščni namaz brez mleka , sadje, čaj SHEMA SADJA	goveja juha z zakuho brez mleka 1,3, kuhana govedina, pražen krompir, bučke v omaki , solata, voda
ČET.	14.11.	črni kruh 1, polsuha goveja salama, kislé kumarice, čaj	bučna juha brez mleka, zelenjavna musaka brez mleka 1,3, solata, kompot, voda
PET.	15.11.	vaški polbeli kruh 1, med, margarina brez mleka, riževó mleko, jabolko (TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK) energijska ploščica brez mleka 5, 8, sok	jota s klobaso, ajdovi štruklji z orehi brez mleka 1,3, čežana, čaj
PON.	18.11.	vaški kruh 1, kuhan pršut, kisló zelje, čaj	korenčkova juha z zakuho brez mleka 1,3, mesni tortelini brez mleka 1,3, rdeča pesa v solati, pecivo brez mleka, voda

TOR.	19.11.	kruh s semeni 1, čokoladni namaz 1,8,5, ovseno mleko, sadje	porova juha 1, goveji golaž 1, polenta iz sojinega mleka 1, mešana solata, rižev jogurt, voda
SRE.	20.11.	koruzni žganci 1, ovseno mleko, črni kruh 1 SHEMA SADJA	goveja juha s kroglicami 1,3,9, pečen piščanec, kus-kus brez mleka 1, zelenjavna priloga, solata, voda
ČET.	21.11.	ajdov kruh z orehi 1, namaz brez mleka, list solate, sadje, čaj	prežganka 1,3, pražen krompir, zelenjavna priloga, pečen losos, mešana solata, voda
PET.	22.11.	makovke brez mleka 1, marmelada, namaz brez mleka, kakav iz ovsenega mleka	zelenjavna kremna juha s kruhovimi kockicami brez mleka 1,3, zelenjavna pizza 1, solata, sadje, voda
PON.	25.11.	mlečni riž iz riževega mleka 1, sadje	zelenjavna juha 1, makaronovo meso brez mleka 1,3, mešana solata, sojin jogurt, napitek
TOR.	26.11.	ovseni kruh 1, ribe iz konzerve, kislo zelje, čaj	ričet z zelenjavo 1,9, bučno pecivo brez mleka 1,3, kompot, čaj
SRE.	27.11.	ržen kruh 1, sirni namaz brez mleka 7, paradižnik, čaj SHEMA SADJA	cvetačna juha brez mleka 1, pečenica, kislo zelje 1, slan krompir, voda
ČET.	28.11.	pica polžek brez mleka 1, sojin jogurt	goveja juha z zakuho 1,3,9, kuhana govedina, svaljki brez mleka 1,3, kremna špinača brez mleka, solata, voda
PET.	29.11.	koruzni kruh 1, piščančje prsi, kisle kumarice, čaj	grahova juha brez mleka 1, pire krompir presenečenja brez mleka 1, ocvrt puranov file brez mleka 1,3, 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

DAN	DATUM	MALICA
PON.	4.11.	koruzna bombeta brez mleka 1, sadje
TOR.	5.11.	piškoti brez mleka 1, sadje
SRE.	6.11.	krekerji brez mleka 1, sadje
ČET.	7.11.	rižev jogurt, ovseni kruh 1
PET.	8.11.	sadje, štručka brez mleka 1,
PON.	11.11.	sadje, pecivo brez mleka 1,
TOR.	12.11.	kajzerica 1, sadje
SRE.	13.11.	sadje, temna štručka brez mleka 1,
ČET.	14.11.	sadni rižev jogurt , polbeli kruh 1
PET.	15.11.	keksi brez mleka
PON.	18.11.	sadje, kruh s semeni 1
TOR.	19.11.	jabolčni zavitek brez mleka 1,3
SRE.	20.11.	pecivo brez mleka 1, sok
ČET.	21.11.	polnozrnati kolač brez mleka 1,3
PET.	22.11.	rižev jogurt , polbeli kruh 1
PON.	25.11.	sadje, koruzna bombetka brez mleka 1,
TOR.	26.11.	namaz brez mleka, polbeli kruh 1
SRE.	27.11.	sezamove palčke brez mleka 1, sadje
ČET.	28.11.	rižev jogurt, polbeli kruh1
PET.	29.11.	rogljič s semeni brez mleka 1, sok

