

Osnovna šola Matije Čopa Kranj

JEDILNIK ZA MESEC MAREC 2020
DIETA BREZ JAJC

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO
PON.	2.3.	ovseni kruh 1, piščančja hrenovka, ketchup 1, čaj	grahova juha 7, svinjska pečenka, široki rezanci brez jajc 1, zelenjavna priloga, solata, limonada
TOR.	3.3.	krof z marmelado, čaj, sadje	paradižnikova juha 1, puranov zrezek v smetanovi omaki 1, 7, kus-kus 1,7, zelenjavna priloga, mešana solata, voda
SRE.	4.3.	kus-kus z mlekom 1,7 SHEMA SADJA	grahova juha 1, ocvrti sir brez jajc 1, 7, krompir v kosih, tatarska omaka 7, solata, voda
ČET.	5.3.	vaški črni kruh 1, tuna iz konzerve s koruzo 1, list solate, čaj	goveja juha s fritati brez jajc 1, kuhana govedina, svaljki brez jajc 1, zelenjavna omaka, solata, voda
PET.	6.3.	makovka 1, maslo 7, marmelada, bela kava 1,7, sadje	zelenjavni ričet 1,9, kruh 1, rižev narastek brez jajc z gozdnimi sadeži 1, 7, voda
PON.	9.3.	ovseni kruh 1, tunina pašteta, kisl paprika, čaj	bučna juha 1, 7 goveji golaž 1, polenta 1,7, solata, voda
TOR.	10.3.	kruh s semeni 1, čokoladni namaz 7,8, mleko 7, sadje	prežganka brez jajc 1, pečen file postrvi, krompir v kosih z zelenjavo, mešana solata, voda
SRE.	11.3.	črna žemljica 1, polsuha salama, kisle kumarice, čaj SHEMA SADJA	grahova juha 1, 7, puranovi zrezki v zelenjavni omaki 1,7, dušen riž 1, solata, voda
ČET.	12.3.	vaški polbeli kruh 1, domači skutni namaz z jagodami 7, čaj	korenčkova juha 1,7, mesna musaka brez jajc 1, 7, mešana solata, voda
PET.	13.3.	mlečni riž 1,7, čokoladni posip z mletimi lešniki, sadje	pašta fižol brez jajc 1,9, kruh 1, domače pecivo brez jajc 1, 7, limonada
PON.	16.3.	polnozrnata bombeta 1, 7, sadni jogurt 7 sadje	gobova kremna juha 1,7, puranova pečenka, pražen krompir, zelenjavna priloga, solata, voda
TOR.	17.3.	črni kruh 1, kremni med 7, kakav 1,7	goveja juha z zakuho brez jajc 1,9, špageti brez jajc z bolonjsko omako 1, 7, mešana solata, voda
SRE.	18.3.	ješprenjeva enolončnica 1, polbeli kruh 1 SHEMA SADJA	porova juha 1,7, pire krompir 7, sojini polpeti, špinača 7, čaj
ČET.	19.3.	ovseni kruh 1, ribji namaz 7, koruza čaj	cvetačna juha 1,7, pečen piščanec z zelenjavo, dušen riž z ajdovo kašo 1, mešana solata, limonada
PET.	20.3.	koruzne bombete 1, topljeni sir 7, list solate, sadje, čaj	segedin z govejim mesom 1, polbeli kruh 1, palačinke brez jajc 1, 7, kompot
PON.	23.3.	sirov burek brez jajc 1,7, navadni jogurt 7, sadje	zelenjavna juha 1, rižota iz različnih žit s puranom 1, mešana solata, voda
TOR.	24.3.	črni kruh 1, »meksiko« namaz brez jajc 7, čaj	krompirjev golaž z ajdovo kašo 1, hrenovka, carski praženec brez jajc 1, 7, čežana, čaj
SRE.	25.3.	ovseni kruh 1, tamar sir 7, čaj SHEMA SADJA	korenčkova juha 1,7, pomfri, piščančji različji, zelenjavna priloga, mešana solata, voda
ČET.	26.3.	makovke 1, marmelada, kisl smetana 7, čokoladni napitek 7,	grahova juha 1,7, sirovi tortelini brez jajc 1, 7, goveji zrezki v naravni omaki, mešana solata, voda
PET.	27.3.	koruzni kruh 1, rezina sira 7, sadje, čaj	repna jota 1, polbeli kruh 1, skutni štruklji brez jajc 1, 7, limonada
PON.	30.3.	pisan kruh 1, sadna skuta 7, čaj	paradižnikova juha 1, pica 1, solata, sadje, voda
TOR.	31.3.	mlečna kaša 1,7, mleti lešniki s čokolado 1, sadje	goveja juha z zakuho brez jajc 1, ocvrt ribji file brez jajc 1, krompir v kosih, kuhan korenček, solata, voda

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

Osnovna šola Matije Čopa Kranj

MALICA V OPB- MAREC 2020

DIETA BREZ JAJC

DAN	DATUM	MALICA
PON	2.3.	kajzerica 1, jogurt 7
TOR	3.3.	polbeli kruh 1, sadje
SRE	4.3.	žemljica 1, sadje
ČET	5.3.	pecivo brez jajc 1, 7
PET	6.3.	mlečni napitek 7, polbeli kruh 1
PON	9.3.	kruh s semeni 1, sadje
TOR	10.3.	sadni jogurt 7, ovseni kruh 1
SRE	11.3.	štručka 1, sadje
ČET	12.3.	polnozrnati rogljiček 1,7, sok
PET	13.3.	sadni jogurt 7, polnozrnata bombeta 1
PON	16.3.	presta 1, sadje
TOR	17.3.	masleni rogljiček brez jajc 1, 7, sok
SRE	18.3.	ovseni kruh 1, navadni jogurt 7
ČET	19.3.	kruh s semeni 1, sadje
PET	20.3.	polnozrnata štručka 1,7, sadje
PON.	23.3.	mlečna štručka 1, sadje
TOR.	24.3.	sadni jogurt z lanenimi semeni 1, 7, polbeli kruh 1
SRE.	25.3.	presta 1, sok
ČET.	26.3.	sadna skuta 7, polbeli kruh1
PET.	27.3.	žemljica 1, sadje
PON.	30.3.	mlečni napitek s kakavom 7, ovseni kruh 7
TOR.	31.3.	polbeli kruh 1, gosti sadni sok