



OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a

2286 Podlehnik

www.sola-podlehnik.si

www.sola-podlehnik.si/vrtec

Fax: 02 795 31 05

os-mk.podlehnik@guest.arnes.si

vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si



JEDILNIK VRTEC - JULIJ 2024

DAN	ZAJTRK	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PON 01. 07. 2024	Hrenovka(1,6) z gorčico(10), ajdov kruh(1,6,11), zelenjava, *mleko kmetije Skok, čaj	Goveja juha z zakuho(1), goveji zrezek v omaki(1,7), široki rezanci(1,3), rdeča pesa, čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
TOR 02. 07. 2024	*Mlečni pšenični zdrob z mlekom kmetije Skok (1,7), s cimetovim posip(8), čaj, sadje	Kurja obara z žličniki (1,3), kruh(1), *Pirini piškoti kmetije Žitnik(1,3,8), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
SRE 03. 07. 2024	**BIO skuta z zelenjavo (7), črni kruh(1,7), čaj	Zelenjavna juha(1,9), pečen piščanec(1), mlinci(1,3), zelena solata(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
ČET 04. 07. 2024	Prosena kaša z jabolki in rozinami na mleku(1,7), ajdov kruh(1), čaj z **BIO limono	Štajerska kislja juha(1,7,9), marelični cmoki(1,3), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
PETEK 05. 07. 2024	Polnozrnat kruh (1,3), piščančje prsi, sir, čaj, **BIO hruška	Brokolijeva juha(1,7,9), ribje palčke(1,3), krompir v kosih, solata iz stročjega fižola(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/ča z *medom

- Seznam alergenov je na oglasni deski in na koncu jedilnika.
- Otrokom je ves čas na voljo pijača (nesladkan čaj z medom, voda), kruh in sadje.
- Dopoldanska malica je sestavljena iz mešanega sadja.
- Popoldanska malica je sestavljena iz kruha/piškotov, sadja/zelenjave in napitka.
- En dan v tednu je na jedilniku dan brez mesa.
- *Živila lokalnega izvora
- ** BIO/EKO izdelki



OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a

2286 Podlehnik

www.sola-podlehnik.si

www.sola-podlehnik.si/vrtec

Fax: 02 795 31 05

os-mk.podlehnik@guest.arnes.si

vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si



DAN	ZAJTRK	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PON 08. 07. 2024	Polnjena štručka(1), zelenjava, Aktimel(7), čaj z **BIO limono	Golaževa juha (1), kruhov cmok(1), čaj/voda,	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
TOR 09. 07. 2024	Kus kus na mleku(7), čaj z *medom , sadje	Korenčkova juha(1,9) puranji pariški zrezki(1,3), rizi-bizi, paradižnikovo kumarična solata(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
SRE 10. 07. 2024	Umešana jajca (3), koruzni kruh(1), sveža zelenjava, čaj z *medom	Čufti v paradižnikovi omaki(1,3,6), pire krompir(7) , lučka(7), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
ČET 11. 07. 2024	Pirin zdrob na mleku (7), posip iz ribane čokolade(8), **BIO korenček , čaj z *medom	Kokošja juha z ribano kašo (1,9), pečena hrenovka (1,6), svedrčki(1,3), zelena solata(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
PETEK 12. 07. 2024	Praženec(1,3,7), zelenjava, čaj z *medom**BIO pinjenec Krepko	Bistra juha z zakuho(1), špageti s tuno(1,6), zeljna solata s koruzo(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom

- Seznam alergenov je na oglasni deski in na koncu jedilnika.
- Otrokom je ves čas na voljo pijača (nesladkan čaj z medom, voda), kruh in sadje.
- Dopoldanska malica je sestavljena iz mešanega sadja.
- Popoldanska malica je sestavljena iz kruha/piškotov, sadja/zelenjave in napitka.
- En dan v tednu je na jedilniku dan brez mesa.
- ***Živila lokalnega izvora**
- **** BIO/EKO izdelki**



OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a

2286 Podlehnik

www.sola-podlehnik.si

www.sola-podlehnik.si/vrtec

Fax: 02 795 31 05

os-mk.podlehnik@guest.arnes.si

vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si



DAN	ZAJTRK	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PON 15. 07. 2024	Koruzni kruh(1), tuna v lastnem soku(4), zelenjava, čaj z **BIO limono	Zelenjavna juha z mletim mesom(1,9), kruh(1), domače skutno pecivo, čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
TOR 16. 07. 2024	*Mlečni riž z mlekom kmetije Skok , sadje, čaj z *medom	Kokošja juha z zakuho(1), puranji zrezki v grahovi omaki(1,7), kus kus, zelena solata (12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
SRE 17. 07. 2024	Martinjanski namaz s kislimi kumaricami(7), koruzni kruh(1), čaj, **Bio navadni jogurt Krepko	Bučkina juha z lečo (1,9), puranji čevapčiči(1), testenine(1,3), zelena solata (12), sok/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
ČET 18. 07. 2024	Marmeladne palačinke na *mleku kmetije Skok (1,7), kompot, čaj z *medom	Goveja juha z zakuho(1), piščančje nabodalo, dušeno sladko zelje(1), pire krompir, sok/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
PETEK 19. 07. 2024	Koruzni kosmiči na mleku(1,7) ovseni kruh(1), **BIO korenček , čaj z *medom	Juha z mešano zelenjavo(1,9), ribji file, kuhana zelenjava, paradižnikovo-kumarična solata(12), sok/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom

- Seznam alergenov je na oglasni deski in na koncu jedilnika.
- Otrokom je ves čas na voljo pijača (nesladkan čaj z medom, voda), kruh in sadje.
- Dopoldanska malica je sestavljena iz mešanega sadja.
- Popoldanska malica je sestavljena iz kruha/piškotov, sadja/zelenjave in napitka.
- En dan v tednu je na jedilniku dan brez mesa.
- ***Živila lokalnega izvora**
- **** BIO/EKO izdelki**



OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a

2286 Podlehnik

www.sola-podlehnik.si

www.sola-podlehnik.si/vrtec

Fax: 02 795 31 05

os-mk.podlehnik@guest.arnes.si

vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si



PON 22. 07. 2024	Kus kus na mleku (1,7), posip, koruzni kruh(1), sadje, čaj z **BIO limono	Kostna juha z ribano kašo (1,9), pečena svinjska pečenka, rizi-bizi, zelena solata(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
TOR 23. 07. 2024	Pirin kruh (1), mortadela, **BIO korenček , čaj z *medom , **BIO kislo mleko Krepko (7)	Bučke v mlečni omaki(1,7,9), kuhana hrenovka, paradižnikova solata(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
SRE 24. 07. 2024	Namaz iz tune, sirnega namaza in kisle smetane(4,6), polnozrnat kruh(1,11), čaj z *medom	Juha s porom (1,3), testenine (1,3) s koščki piščančjega mesa, endivija s krompirjem(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
ČET 25. 07. 2024	Domači puding (7), ovseni kruh(1), čaj z *medom , sadje	Krompirjev golaž s teletino(1,3,7,9), sirovi štruklji(1,3,6), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
PET 26. 07. 2024	Mlečna koruzna juha (1,7),, čaj z *medom , sadje	Minjonska juha (9) špageti s tuno (1,3,4, 6) zeljna solata s koruzo (12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom

- Seznam alergenov je na oglasni deski in na koncu jedilnika.
- Otrokom je ves čas na voljo pijača (nesladkan čaj z medom, voda), kruh in sadje.
- Dopoldanska malica je sestavljena iz mešanega sadja.
- Popoldanska malica je sestavljena iz kruha/piškotov, sadja/zelenjave in napitka.
- En dan v tednu je na jedilniku dan brez mesa.
- ***Živila lokalnega izvora**
- **** BIO/EKO izdelki**



OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a

2286 Podlehnik

www.sola-podlehnik.si

www.sola-podlehnik.si/vrtec

Fax: 02 795 31 05

os-mk.podlehnik@guest.arnes.si

vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si



DAN	ZAJTRK	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PON 29. 06. 2024	Kruh(1), kislá smetana (7), marmelada, čaj z **BIO limono	Krompirjeva juha (1,7,9), mesna lasanja (1,3,7,9), paradižnikova solata(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
TOR 30. 06. 2024	Ovseni kruh (1), tuna v oljčnem olju, zelenjava, čaj z *medom	Čista juha s kroglicami (1,7), šopska solata (12, 7), pleskavica, *Pirini piškoti kmetije Žitnik(1,3,7,8), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
PON 31. 07. 2023	Koruzni zдроб(7) na **BIO senenem mleku Krepko , sadje, čaj	Kokošja juha z zakuho(1,3), pečene piščančje prsi(10), pražen krompir, kumarična solata(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom

- Seznam alergenov je na oglasni deski in na koncu jedilnika.
- Otrokom je ves čas na voljo pijača (nesladkan čaj z medom, voda), kruh in sadje.
- Dopoldanska malica je sestavljena iz mešanega sadja.
- Popoldanska malica je sestavljena iz kruha/piškotov, sadja/zelenjave in napitka.
- En dan v tednu je na jedilniku dan brez mesa.
- ***Živila lokalnega izvora**
- **** BIO/EKO izdelki**



SEZNAM ALERGENOV (ŠTEVILKE V OKLEPAJU NA JEDILNIKU)

ALERGENE SNOVI SO SNOVI ALI PROIZVODI IZ NJIH, KI SKLADNO Z DOLOČILI UREDBE (EU) ŠT. 1169/2011 POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOST:

- 1 žita, ki vsebujejo gluten:** pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste in proizvodi iz njih;
- 2 raki in proizvodi iz rakov:** rakovice, jastogi, kozice, škampi, potočni raki in drugi raki;
- 3 jajca in proizvodi iz jajc:** kokošja, prepeličja, gosja in račja itd;
- 4 ribe in proizvodi iz rib:** vse vrste rib, kot samostojne jedi, tudi inčuni, sardele itd;
- 5 arašidi (kikiriki),** ki so lahko prisotni tudi v slaščicah, žitaricah za zajtrk, sladoledu, kikirikijevem maslu, arašidovem olju, sadnih jogurtih, Worcester omaki itd. in proizvodi iz arašidov;
- 6 zrnje soje:** najdemo ga tudi v paštetah, hrenovkah, salamah, pecivu, sojinem sirutofu in sojinem olju ter proizvodi iz soje,
- 7 mleko in mlečni izdelki, ki vsebujejo laktozo:** kravje, kozje, ovčje in mleko drugih živali, ki se nahaja tudi v jogurtih, kislem mleku, kefirju, pinjencu, sirotki, siru, skuti, sladki in kislji smetani, sirnih namazih, mlečnih sladoledih, slaščicah, tortah, kremnih rezinah, omakah, maslu, kazeinu, margarini...
- 8 oreščki:** mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija; prisotni so tudi v marcipanu, oljih, omakah, mortadeli s pistacijami itd., ter proizvodi iz oreščkov;
- 9 listna zelena:** stebela, listi, gomolj in seme zelene ter proizvodi iz zelene;
- 10 gorčično seme:** tekoča gorčica, gorčica v prahu in gorčično seme ter proizvodi iz njega;
- 11 sezamovo seme:** prisotno v nekaterih vrstah kruha in pekovskih izdelkih ter proizvodi iz njega;
- 12 žveplov dioksid in sulfiti** prisotni kot konzervansi v suhem sadju, mesnih izdelkih, zelenjavi, krompirjevih izdelkih, brezalkoholnih pijačah (sokovi), vinu, pivu in balzamičnem kisu; v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂;
- 13 volčji bob:** semena in moka; prisoten v nekaterih vrstah kruha, pit, peciva in testenin ter proizvodi iz volčjega boba;
- 14 mehkužci:** glavonožci, kot so sipe, hobotnice, lignji; lupinarji, kot so školjke, polži ter proizvodi iz mehkužcev



OSNOVNA ŠOLA PODLEHNIK

Podlehnik 7/a
2286 Podlehnik

www.sola-podlehnik.si
www.sola-podlehnik.si/vrtec

Fax: 02 795 31 05

os-mk.podlehnik@guest.arnes.si
vrtec.podlehnik@sola-podlehnik.si
