



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 - OKTOBER 2024

DAN	ZAJTRK	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
TOR 01. 10. 2024	Mlečni zdrob (1) na *mleku kmetije Skok, sadje, čaj z **BIO limono/*medom	Kostna juha z zakuho (1,3), rižota s piščančjim mesom, pražen krompir, zelena solata z lečo(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
SRE 02. 10. 2024	Koruzni kruh (1,7), piščančje prsi(6), sir(7), sveže kumarice, čaj z **BIO limono/*medom	Prežganka (1,3), svinjska pečenka, pražen krompir, paradižnikova solata (12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
ČET 03. 10. 2024	Umešana jajca(3), črni kruh(1), sveža zelenjava, čaj z **BIO limono/*medom	Kokošji paprikaš (1,9), polnozrnata pečena polenta (1,3), **BIO smoothie Krepko(7), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
PETEK 04. 10. 2024 VEGI DAN	Carski praženec z rozinami (1,3,7), mešani kompot, čaj z **BIO limono/*medom	Zelenjavna juha (1,7), **Ekološki temni polžki z zelenjavno omako(1,3), pesa v solati (12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom

- Seznam alergenov je na oglasni deski in na koncu jedilnika.
- Otrokom je tekom dneva na voljo pijača (nesladkan čaj z medom, voda).
- Dopoldanska malica je sestavljena iz mešanega sadja.
- En dan v tednu je na jedilniku dan brez mesa.
- * Živila lokalnega izvora/Višja kakovost SLO
- ** BIO/EKO izdelki
- Otroci imajo pri zajtrku in popoldanski malici na razpolago tudi kruh.



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 7. 10. 2024	Polnozrnati kruh (1), **BIO maslo (7), *med , sadje, čaj z **BIO limono / *medom	Česnova juha (1,7), rižota iz treh žit z zelenjavo in piščancem, zelena solata z lečo, čaj/voda	Kruh/ *Pirini piškoti kmetije Žitnik(1,3,7,8) , sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
TOR 8. 10. 2024	Hrenovka (1,6) z gorčico (10), črni kruh (1,6,11), zelenjava, čaj z **BIO limono / *medom	Čufti v paradižnikovi omaki(1,3,6), pire krompir (7), **BIO KEFIR jagoda Krepko , čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
SRE 9. 10. 2024	Cornfleks, mleko (7), ajdov kruh(1), **BIO korenček , čaj z **BIO limono / *medom	Štajerska kisla juha z žličniki (1,3), črni kruh (1), čokoladni žepek(1,3,7,8), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
ČET 10. 10. 2024	Polnozrnati kruh, (1,7), domač tunin namaz z drobnjakom(7,4), paradižnik, **BIO pinjenec Krepko (1), čaj z **BIO limono / *medom	Piščančja juha z pirinimi rezanci (1, 9), pečena piščančja bedrca, polnozrnati kus kus z **BIO korenčkom , rdeča pesa (12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
PETEK 11. 10. 2024	Navadni jogurt (7), banana, čaj, ajdov kruh(1), čaj z **BIO limono / *medom	Zelenjavna krem juha (1,9), pečen ribji file (1,3,4), krompir z blitvo, zelena solata (12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom

- Seznam alergenov je na oglasni deski in na koncu jedilnika.
- Otrokom je tekom dneva na voljo pijača (nesladkan čaj z medom, voda).
- Dopoldanska malica je sestavljena iz mešanega sadja.
- En dan v tednu je na jedilniku dan brez mesa.
- *** Živila lokalnega izvora/Višja kakovost SLO**
- **** BIO/EKO izdelki**
- Otroci imajo pri zajtrku in popoldanski malici na razpolago tudi kruh.



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 14. 10. 2024	Pšenični zdrob (7,8), polnozrnati kruh(1,8), sadje, čaj z **BIO limono /*medom	Kostna juha z zakuho (1,6), kaneloni šunka - sir (1,3,6), dušen riž z zelenjavo, zelena solata (12) čaj/voda,	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
TOR 15. 10. 2024	Koruzni kruh (1,7), piščančje prsi v ovitku (6), paradižnik, *navadni jogurt kmetije Skok z *medom(7), čaj z **BIO limono /*medom	Piščančja juha z zakuho(1,6), puranji dunajski zrezki (1,3), polnozrnati kus kus, stročji fižol v solati (12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
SRE 16.10. 2024	Ovseni kosmiči na *mleko kmetije Skok s sadjem (1,7), ajdov kruh(1), čaj z **BIO limono /*medom	Zelenjavna juha z zdrobovimi žličniki (1,3), jabolčna čežana, *Pirini piškoti kmetije Žitnik(1,3,7,8) , čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
ČET 17. 10. 2024	Polnozrnati kruh (1), domač piščančji namaz (3,7), zelena paprika, čaj z **BIO limono /*medom	Fižolova juha (1,9), svinjska pečenka, kumarično-krompirjeva solata(12), **BIO skuta Krepko z borovnicami(7), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
PETEK 18. 10. 2024 VEGI DAN	**BIO mešani kruh z ajdovo moko (1), lešnikov namaz (3,7), bela žitna kava(7), čaj z **BIO limono /*medom	Gobova juha z zelenjavo (1,9), ajdovi žganci (1), **BIO brioš polžek , čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom **Bio kefir breskev ,

- Seznam alergenov je na oglasni deski in na koncu jedilnika.
- Otrokom je tekom dneva na voljo pijača (nesladkan čaj z medom, voda).
- Dopoldanska malica je sestavljena iz mešanega sadja.
- En dan v tednu je na jedilniku dan brez mesa.
- *** Živila lokalnega izvora/Višja kakovost SLO**
- **** BIO/EKO izdelki**
- Otroci imajo pri zajtrku in popoldanski malici na razpolago tudi kruh.



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 21. 10. 2024	Mlečni riž (1,7), čokoladni posip, (8), črni kruh(1), sadje, čaj z **BIO limono/*medom	Cvetačna juha(1, 3), špageti s tuno in paradižnikom (1,7,4), zeljna solata z lečo(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
TOR 22. 10. 2024	Polnozrnat kruh (1,3,7), čičerikin namaz z zelišči, **BIO kislo mleko (7) , čaj z **BIO limono/*medom	Goveji golaž(1), koruzna polenta(1), zelena solata(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
SRE 23. 10. 2024	Marmelada/ *med, **BIO maslo Krepko(7) , mleko(7), polbeli kruh(1), čaj z **BIO limono/*medom	Goveja juha z rezanci(1,3), mleta pečenka(1,7), pečen krompir, zelena solata s paradižnikom(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
ČET 24. 10. 2024	Polenta z mlekom (1,7), pirin kruh(1), slive, čaj z **BIO limono/*medom	Kostna juha s kroglicami(1,7), rižota s telečjim mesom, rdeča pesa v solati(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
PET 25. 10. 2024	Sirova štručka(1,3), sveža zelenjava, čaj z **BIO limono/*medom	Zelenjavna kremna juha(1,7,9), sirovi kaneloni (1,3,7), zeljna solata s čičeriko(12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
VEGI DAN			

- Seznam alergenov je na oglasni deski in na koncu jedilnika.
- Otrokom je tekom dneva na voljo pijača (nesladkan čaj z medom, voda).
- Dopoldanska malica je sestavljena iz mešanega sadja.
- 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



- Otroci imajo pri zajtrku in popoldanski malici na razpolago tudi kruh.

DAN	ZAJTRK	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PON 28. 10. 2024	Ovseni kruh (1,3), sir v rezinah (7), šunka, sveže kumare, čaj z **BIO limono/*medom	Zelenjavna juha (9), skutni burek (1,3,7), kompot	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
TOR 29. 10. 2024	Polnozrnati kruh (1) z zeliščnim namazom (7), paradižnik, čaj z **BIO limono/*medom, *mleko kmetije Skok (7)	Piščančja juha z zakuho(1), široki rezanci z mesno-zelenjavno omako (1,3,7), rdeča pesa (12), čaj/voda	Kruh/piškoti, sadje/zelenjava, napitek/čaj z *medom
SRE 30. 10. 2024	Mlečna koruzna juha(7), kruh(1), čaj z **BIO limono/*medom, sadje	Bučkina kremna juha (1), krompir v kosih, piščančja nabodala, sveža zelenjava (kumare, paradižnik), 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



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

UREDBE (EU) ŠT. 1169/2011 POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREEOBČUTLJIVOST:

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: stebila, 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 kislu; 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
