



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 - DECEMBER 2024

DAN	ZAJTRK	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PON 02. 12. 2024	Tunin namaz (4), črni kruh (1,6,7,8), sveža paprika, čaj z **BIO limono	Goveja juha z zakuho(1), goveje meso v grahovi omaki(1,7), pečena polenta s sirom (3,7), zelena solata (12), čaj/voda	Črni kruh(1), sadje, **kefir višnja(7) , čaj z *medom
TOR 03. 12. 2024	Ovseni kruh (1), sir (7), puranje prsi, vložena paprika (12), čaj z *medom	Zelenjavna juha (1,3,7,9), piščančje meso v zelenjavni omaki (1,6), polnozrnati kus kus (1), zelena solata s koruzo (12), čaj/voda	Polnozrnati prepečenec ali ovseni kruh(!), sadje, *mleko kmetije Skok (7), čaj z *medom
SRE 04. 12. 2024 VEGI DAN	Polnozrnati kruh (1), rožičev namaz z *medom(8) , **jabolko , čaj z *medom	Cvetačna juha (1,3,7,9), široki rezanci (1,3,7) s tuno(4), solata iz stročjega fižola s sirom (7,12), čaj/voda	*Pirini keksi kmetije Žitnik (1), zelenjava, čaj **BIO limono
ČET 05. 12. 2024	Mleko (7) s koruznimi kosmiči, suho sadje, čaj z *medom	Čebulna juha (1,3,7,9), puranji zrezki v zelenjavni omaki (1,7), riževa priloga (riž, ječmen, pira), zelena solata (12), čaj/voda	Grisini(1), **BIO korenček , čaj z *medom
PETEK 06. 12. 2024	Parkelj, (1,3,6,7), mleko(7), **jabolko , čaj z **BIO limono	Piščančja juha z zakuho(1), čufti s pire krompirjem (3,9), čaj/voda	Koruzni kruh(1), sveža zelenjava, razredčen pesin sok

- 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, **SHEMA KAKOVOSTI**
- 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 09. 12. 2024	Ovseni kruh (1,7), piščančje prsi (6), sir (7), **BIO korenček , čaj z *medom	Špinačna juha(1,3,7), jabolčni burek(10), navadni jogurt (7), čaj/voda	Ovseni kruh(1), **BIO korenček , čaj z *medom
TOR 10. 12. 2024	Piščančji namaz (6), polnozrnat kruh (1,8,11), sveža paprika, mleko(7), čaj z *medom	Kostna juha z zakuho(1), pečen ribji file(4), maslen krompir s peteršiljem, zelena solata z lečo(12), čaj/voda	Polnozrnat piškoti(1), sadje, **BIO kefir(7) , čaj z *medom
SRE 11. 12. 2024 VEGI DAN	Mleko(7), črn kruh(1), maslo(7), *med , **jabolko , čaj z **BIO limono	Gobovo zelenjavna kremna juha (7) z ajdovo kašo, potica(1,3,7), čaj/voda	Kruh(1), **BIO skuta(1) , zelenjava, čaj z *medom
ČET 12. 12. 2024	Umešana jajčka (3), črni kruh (1), sadje, čaj z *medom	Boranja s telečjim mesom (1,3,7), kruhov cmok (1,3,7), zelena solata (12), čaj/voda	Ovseni kruh(1), sadje, čaj z *medom
PETEK 13. 12. 2024	Hrenovka z gorčico (10), graham kruh (1), čaj z **BIO limono	Piščančja juha z zakuho (1,3, 7,9), piščančja pečenica s kislim zeljem (1,3,6), pražen krompir, čaj/voda	*Pirini keksi kmetije Žitnik(1) , sadje, 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**
- **** BIO/EKO izdelki, **SHEMA KAKOVOSTI**
- 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 16. 12. 2024	Polnozrnati kruh, (1,7), namaz z zelišči (7), paradižnik, čaj z *medom	Čebulna juha(1), svinjski zrezek v grahovi omaki (1,7), kus kus, zelena solata z lečo (12), čaj/voda	Petit keksi(1), **BIO sirni namaz(7), sadje, čaj z *medom
TOR 17. 12. 2024	Koruzni kruh, (1,7), ribji namaz (4,7), sveža paprika, čaj, mleko kmetije Skok (7), čaj z **BIO limono	**BIO korenčkova juha s kroglicami (1,3), mesna lazanja (1,3), kitajsko zelje (12), čaj/voda	Koruzni kruh(1), sadje, mleko kmetije Skok (7), čaj z *medom
SRE 18. 12. 2024	Prosena kaša z jabolki in rozinami (1,7), ajdov kruh(1), čaj z *medom	Jota (1,3,7,9), dušen ribji file, krompirjeva solata (12), čaj/voda	Prepečenec ali ajdov kruh(1), **BIO korenček, razredčen jabolčni sok
ČET 19. 12. 2024 VEGI DAN	Mlečni močnik iz polnovredne moke s cimetovim posipom (1,3,7), banana, čaj z **BIO limono	Zelenjavna juha(1,3,9), dušeno sladko zelje(1), krompir v kosih, piščančja nabolada, čaj/voda	Ajdov kruh(1), zelenjava, čaj z *medom
PET 20. 12. 2024	Žemlja s chia semeni (1,11), **BIO kefir malina-pesa (7), čaj z *medom	Kokošja juha z zvezdicami (1), polnozrnati špageti z omako bologneze (1,3), solata iz kitajskega zelja (12), čaj/voda	Polnozrnati grisini(1), **jabolko, 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**
- **** BIO/EKO izdelki, **SHEMA KAKOVOSTI**
- 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 23. 12. 2024 VEGI DAN	Koruzna polenta z mlekom(1,7), mandarina/** BIO hruška , čaj z *medom	Minjonska juha(7,8), ribji file(4), dušen polnozrnati riž, solata iz stročjega fižola(12)	Polnozrnati prepečenec ali ajdov kruh(1), zelenjava, čaj z *medom
TOR 24. 12. 2024	Carski praženec(1,7) s cimetrovim posipom, sadni kompot(1), čaj z *medom	Brokolijska juha(1,7), polnozrnata rižota s svinjskim mesom (1,7), solata s paradižnikom(12), čaj/voda	Polnozrnati piškoti(1), sadje, mleko(7), čaj z *medom
SRE 25. 12. 2024	PRAZNIK	PRAZNIK	PRAZNIK
ČET 26. 12. 2024	PRAZNIK	PRAZNIK	PRAZNIK
PET 27. 12. 2024	Sardelin namaz (4,6), črni kruh(1,11,8), sveža paprika, čaj z *medom	Piščancja juha s kroglicami (1,3), cmoki s čokoladnim nadevom (1,3,7,8), domač manj sladkan kompot	Črni kruh(1), sadje/zelenjava, **BIO kislo mleko(7) , čaj z *medom

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





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 30. 12. 2024	Polnozrnati rogljiček (1,3,7), **BIO seno mleko (7), suhe marelice, čaj z *medom	Kostna juha z zakuho(1,3,9), štefani pečenka (10), polnozrnati kus kus (1), **radič s krompirjem (12), čaj/voda	Polnozrnati piškoti (1), zelenjava, pinjenec(7)
TOR 31. 12. 2024	Črni kruh (1), piščančji namaz z zelišči (6), paradižnik (12), *mleko kmetije Skok (7) , čaj z *medom	Čebulna juha (1,3,7,9), puranji pariški zrezki (1,3,6,7), ajdova kaša z zelenjavo, zelena solata z lečo (12), čaj/voda	Črni kruh(1), sadje, *navadni jogurt kmetije Skok (7) z *medom



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 mehkužci



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
