



# JEDILNIK

OŠ KAPELA



		ALERGENI
PON 7.11.2022	<b>MALICA:</b> Lipov čaj, koruzni kruh, maslo, marmelada, mandarina	G,L
	<b>KOSILO:</b> Porova kremna juha, *ajdova kaša s puranjim mesom, zelena solata	L
	<b>P. MALICA:</b> skuta nad sadjem	L
TOR 8.11.2022	<b>MALICA:</b> Kakav, makova pletenka, grozdje	L,S,G
	<b>KOSILO:</b> smetanova *repa, zabeljen fižol, pečenica	L,G,S
	<b>P. MALICA:</b> pečenica, črni kruh	G,S
SRE 9.11.2022	<b>MALICA:</b> Sok, testenine s tuno, kisle kumarice, jabolko (ŠS)	G,R1
	<b>KOSILO:</b> Gobova kremna juha, sadni cmoki, mešani kompot	L,G,J
	<b>P. MALICA:</b> sadni cmoki, kompot	G,J
ČET 10.11. 2022	<b>MALICA:</b> Planinski čaj z medom, črni kruh, jajčni namaz, por, mleko (ŠS)	G,J,L
	<b>KOSILO:</b> Juha iz kolerabe s kroglicami, gratiniran file rumenoplavute, *krompirjeva solata, kaki vanilija	G,L,R1
	<b>P. MALICA:</b> *Bio breskov kefir, kruh	L,G
PET 11.11. 2022	<b>MALICA:</b> *Mlečni močnik s čokoladnim posipom, rozine, banana	L,S,J,G
	<b>KOSILO:</b> MARTINOVO KOSILO: Bistra juha z rezanci, pečene piščančje krače, mlinci, dušeno *rdeče zelje	G,J
	<b>P.MALICA:</b> pečene piščančje krače, kruh	G

\*V jedi je uporabljeno ekološko živilo.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

## DOBER TEK

Vam želijo kuharice in organizatorica prehrane  
Damjana Pondelek

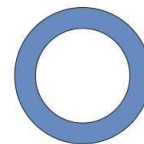
**LEGENDA ALERGENOV:** **G**-gluten, **R**-raki, **R1**-ribe, **J**-jajca, **A**-arašidi, **S**-soja, **L**-laktoza, **O**-oreščki, **Z**-listna zelena, **GS**-gorčično seme, **SS**-sezamovo seme, **SO2**-žveplov dioksid, **VB**-volčji bob, **M**-mehkužci



TRADICIONALNI  
SLOVENSKI  
ZAJTRK

# JEDILNIK

OŠ KAPELA



14. november  
svetovni dan sladkorne bolezni

		ALERGENI
PON 14.11. 2022	<b>MALICA:</b> Šipkov čaj, rženi kruh, čičerikin namaz, mandarina, <b>paradižnik Lušt (ŠS)</b>	G,L
	<b>KOSILO:</b> Fižolova juha z vlivanci, carski *praženec, mešani kompot	G,J,L
	<b>P. MALICA:</b> kruh, maslo, marmelada	G,L
TOR 15.11. 2022	<b>MALICA:</b> Mineštra z mesom, rženi kruh, slive	G,J
	<b>KOSILO:</b> Bistra juha z abecedo, čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, zelena solata	G,J,L
	<b>P. MALICA:</b> orehov rogljiček, mleko	G,J,L
SRE 16.11. 2022	<b>MALICA:</b> Bela kava, ovseni kruh, kuhan pršut, kisle kumarice, hruška	L,S,G
	<b>KOSILO:</b> Brokolijeva juha, puranji file po vrtnarsko, kus kus, rdeča pesa	L
	<b>P. MALICA:</b> črni kruh, topljeni sir, paprika	G,L
ČET 17.11. 2022	<b>MALICA:</b> Bebe čaj, graham kruh, skušin namaz, kislo zelje, melona, <b>mleko (ŠS)</b>	G,R1,L
	<b>KOSILO:</b> Juha iz hokaido buče, *špageti carbonara, zelena solata s koruzo	L,J
	<b>P. MALICA:</b> polnozrnati kruh, tuna	G,R1
PET 18.11. 2022	<b>TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK:</b> *Mleko, ajdov kruh, maslo, med, *jabolko	L,G
	<b>KOSILO:</b> *Ričet, kruh, jabolčna pita, limonada	G,L,J
	<b>P.MALICA:</b> jabolčna pita, limonada	G,L,J

\*V jedi je uporabljeno ekološko živilo.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

## DOBER TEK

Vam želijo kuharice in organizatorica prehrane  
Damjana Pondelek

**LEGENDA ALERGENOV:** **G**-gluten, **R**-raki, **R1**-ribe, **J**-jajca, **A**-arašidi, **S**-soja, **L**-laktoza, **O**-oreščki, **Z**-listna zelena, **GS**-gorčično seme, **SS**-sezamovo seme, **SO2**-žveplov dioksid, **VB**-volčji bob, **M**-mehkužci



# JEDILNIK



OŠ KAPELA

		ALERGENI
PON 21.11. 2022	<b>MALICA:</b> Bela kava, kruh, rezini sira, kivi, <b>paradižnik Lušt (ŠS)</b>	G,S,G,L
	<b>KOSILO:</b> Ajdova juha z zelenjavo, pire krompir, sirovi polpeti, grahova omaka	L,G,J
	<b>P. MALICA:</b> sirovi polpeti, kruh	L,J,G
TOR 22.11. 2022	<b>MALICA:</b> Bezgov čaj, kruh iz kmečke peči, mesni namaz, kislo zelje, *jabolko, <b>mleko (ŠS)</b>	G,L
	<b>KOSILO:</b> Goveja juha z vlivanci, *goveji stroganoff, kruhove rezine, kitajsko zelje v solati	G,J,L
	<b>P. MALICA:</b> Fit kraljeva štručka, grozdje	G,S
SRE 23.11. 2022	<b>MALICA:</b> Juha z mletim mesom, koruzni kruh, hruška, <b>kaki (ŠS)</b>	G,J
	<b>KOSILO:</b> Grahova kremna juha, *peresniki s tunino omako, endivija in radič s krompirjem	L,G,R1
	<b>P. MALICA:</b> Sadni smuti, plazma keksi	G
ČET 24.11. 2022	<b>MALICA:</b> Otroški čaj, graham kruh, sončnični namaz, paprika, kivi	G,L
	<b>KOSILO:</b> *Minjon juha, piščančji hrustljavčki, džuveč riž, rdeča pesa	G,J
	<b>P. MALICA:</b> Piščančji hrustljavčki, kruh	G
PET 25.11. 2022	<b>MALICA:</b> *Mlečni riž, mešano suhe brusnice, banana	L
	<b>KOSILO:</b> *Segedin zelje, *polenta, čokoladni puding z albert keksi	G,L,S
	<b>P.MALICA:</b> Čokoladni puding z albert keksi	G,L,S

\*V jedi je uporabljeno ekološko živilo.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

## DOBER TEK

Vam želijo kuharice in organizatorica prehrane  
Damjana Pondelek

**LEGENDA ALERGENOV:** **G**-gluten, **R**-raki, **R1**-ribe, **J**-jajca, **A**-arašidi, **S**-soja, **L**-laktoza, **O**-oreščki, **Z**-listna zelena, **GS**-gorčično seme, **SS**-sezamovo seme, **SO2**-žveplov dioksid, **VB**-volčji bob, **M**-mehkužci



# JEDILNIK

OŠ KAPELA



		ALERGENI
PON 28.11. 2022	<b>MALICA:</b> Zeliščni čaj, kruh Štajerc, puranja šunka, kisle kumarice, <b>kaki (ŠS)</b>	G,S
	<b>KOSILO:</b> Telečja obara s *pirinimi žličniki, posolanka	L,J,G
	<b>P. MALICA:</b> posolanka, navadni jogurt	L,J,G
TOR 29.11. 2022	<b>MALICA:</b> Mleko, ovseni kruh, korenčkov namaz, ananas	L,G
	<b>KOSILO:</b> Paradižnikova juha z zvezdicami, pikini seseklanci, pire krompir, kitajsko zelje v solati	G,J,L
	<b>P. MALICA:</b> kruh, pikini seseklanci	G,J
SRE 30.11. 2022	<b>MALICA:</b> Planinski čaj, rženi kruh, rezina jošta, pečena paprika, grozdje, <b>jabolko (ŠS)</b>	G,L
	<b>KOSILO:</b> Zelenjavna juha, piščančji paprikaš, *polžki, zelena solata s koruzo	G,L
	<b>P. MALICA:</b> sadna skuta, masleni keksi	L,G

\*V jedi je uporabljeno ekološko živilo.

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

## DOBER TEK

Vam želijo kuharice in organizatorica prehrane  
Damjana Pondelek

LEGENDA ALERGENOV: **G**-gluten, **R**-raki, **R1**-ribe, **J**-jajca, **A**-arašidi, **S**-soja, **L**-laktoza, **O**-oreščki, **Z**-listna zelena, **GS**-gorčično seme, **SS**-sezamovo seme, **SO2**-žveplov dioksid, **VB**-volčji bob, **M**-mehkužci