

MAREC – SUŠEC 2025

Igrajo v sušcu se mušice, malega travna vzemi rokavice.

Ponedeljek, 3. 3. 2025

Zajtrk: kosmiči z oreščki in suhim sadjem (7, 8), sadni jogurt (7)

Malica: sirni in zeliščni namaz (7), polnozrnati in črni kruh (1; pšenica), pomarančni sok, rukola

Kosilo: svinjski trakci v smetanovi omaki, domača kruhova štruca, sveže zelje v solati (1; pšenica, 3, 7)



Torek, 4. 3. 2025 - Pust

Zajtrk: mlečna kaša (7), suho sadje in oreščki (8, 12)

Malica: pustni krof (1; pšenica, 3, 7, 8), zeliščni čaj, mandarine – Evropska šolska shema

Kosilo: mesna lasanja (1; pšenica, 3, 7), zelena solata s čičeriko, banana

Sreda, 5. 3. 2025

Zajtrk: bio marmelada, maslo (7), ajdov kruh (1; pšenica), mleko (7)

Malica: kuhano jajce (3), bio ovseni kruh (1; pšenica), 100% bio jabolčni sok, češnjev paradižnik

Kosilo: zelenjavna kremna juha z rdečo lečo, tortelini, paradižnikova omaka, zelena solata s koruzo (1; pšenica, 3, 7)

Četrtek, 6. 3. 2025

Zajtrk: topljeni sir (7), črni kruh (1; pšenica), sveže kumare, voda

Malica: čokoladne kroglice (1; ječmen, 5), mleko (7), banana

Kosilo: piščančje kocke v zelenjavni omaki, rizi bizi, rdeča pesa v solati

Petek, 7. 3. 2025

Zajtrk: jajčni namaz (3, 7), čaj, kruh (1; pšenica), paradižnik

Malica: makova pletenka (1; pšenica, 7), bio sadni kefir (7)

Kosilo: ričet, kruh, marelični cmoki (1; pšenica, 3, 7)

Ponedeljek, 10. 3. 2025

Zajtrk: šmorn (1; pšenica, 3, 7), jabolčna čežana

Malica: sir (7), piščančje prsi, črna žemlja (1; pšenica), limonada, kisle kumarice

Kosilo: segedin s svinjskim mesom, kruh, jabolko (1; pšenica, 3, 7)

Torek, 11. 3. 2025

Zajtrk: kuhano jajce (3), črni kruh (1; pšenica), češnjev paradižnik, sadni čaj

Malica: maslo (7), **bio jagodna marmelada, domači črni kruh iz krušne peči** (1; pšenica), kivi in ananas, **domače mleko - Evropska šolska shema**

Kosilo: **bio hrenovka**, pire krompir, kremna špinača (7)



Sreda, 12. 3. 2025 - Na gregorjevo, ko se ptički ženijo.

Zajtrk: mlečna štručka (1; pšenica, 7), bela kava (7, 8), jabolko

Malica: **domači sadni jogurt** (7), kosmiči - granola (1; pšenica, 8), hruška

Kosilo: zelenjavna kremna juha, rižota s piščančjim mesom, zelena solata s krompirjem (1; pšenica, 7)

Četrtek, 13. 3. 2025

Zajtrk: mlečni zdrob (1; pšenica, 7), jabolko

Malica: mesno zelenjavni namaz (3,7), **bio ovseni in pirin kruh** (1; pšenica, oves, pira), sadni čaj, korenje

Kosilo: goveji golaž, polenta, rdeča pesa v solati

Petek, 14. 3. 2025

Zajtrk: sirni namaz (4, 7), polnozrnat kruh (1; pšenica), korenje, voda

Malica: **domača maslena štručka** (1; pšenica, 7), bela kava (1; ječmen, 7), **bio jabolko - Evropska šolska shema**

Kosilo: pasta fižol, črni kruh, kremna rezina (1; pšenica, 3, 7)

Ponedeljek, 17. 3. 2025

Zajtrk: polenta z mlekom (1; pšenica, 7), sadje

Malica: domači tunin namaz (3, 6, 7), **bio pirin in polbeli kruh** (1, pšenica), **100% jabolčni sok**, češnjev paradižnik

Kosilo: puranji paprikaš, zdrobovi cmoki, sveže zelje s fižolom (1; pšenica, 3, 7)

Torek, 18. 3. 2025

Zajtrk: palačinke (1; pšenica), zeliščni čaj

Malica: topljeni sirček (7), **bio bombeta s sezamom** (1; pšenica, 11), kislo zelje, zeliščni čaj

Kosilo: pečene piščančje krače, rižota z zelenjavo, rdeča pesa v solati

Sreda, 19. 3. 2025

Zajtrk: sir, koruzni kruh (1; pšenica), čaj, zelenjava

Malica: buhtelj (1; pšenica, 3, 7, 8), pomaranče, **domače mleko - Evropska šolska shema**

Kosilo: paniran file novozelandskega repaka, pire krompir, zelena solata (1; pšenica, 3, 4, 7)

Četrtek, 20. 3. 2025

Zajtrk: mlečni riž (7), sadje

Malica: domača pica s sirom (1; pšenica, 7), bezgov sok

Kosilo: brokolijeva kremna juha, testenine, omaka po bolonjsko z govejim mesom, kitajsko zelje v solati (1; pšenica, 3, 7)

Petek, 21. 3. 2025

Zajtrk: tunin namaz (3, 7), polnozrnat kruh (1, pšenica), sadni čaj

Malica: sirova štručka (1; pšenica, 7), probiotični sadni jogurt (7)

Kosilo: zelenjavna enolončnica z rdečo lečo in žličniki, črni kruh, navihančki (1; pšenica, 3, 7)



Ponedeljek, 24. 3. 2025

Zajtrk: čokoladne kroglice z mlekom (1; pšenica, 7, 8), sadje

Malica: kislá smetana (7), bio polbeli in ajdov kruh z orehi (1; pšenica, 8), zeliščni čaj, oreščki in suho sadje (5, 8, 12) – Evropska šolska shema

Kosilo: govedina stroganov – brez gob, kus kus, sveže zelje v solati (1; pšenica, 7)

Torek, 25. 3. 2025

Zajtrk: mlečni polž (1; pšenica, 7), kakav (7, 8), sadje

Malica: mlečni riž (7), banana

Kosilo: sesekljana pečenka, krompir, zelena solata (1; pšenica, 3, 7)

Sreda, 26. 3. 2025

Zajtrk: rižev narastek (1; pšenica, 3, 7), sadje

Malica: suha salama, sir (7), pirina žemlja (1; pšenica), limonada brez dodanega sladkorja, rdeča paprika in kumare

Kosilo: piščančji ražnjiči, džuveč riž, rdeča pesa v solati

Četrtek, 27. 3. 2025

Zajtrk: topljeni sirček (7), ovsena bombetka (1; pšenica), paradižnik, limonada

Malica: med, maslo (7), domači temni kruh (1; pšenica), bio jabolko, domače mleko (7) – Evropska šolska shema

Kosilo: mesne kroglice v paradižnikovi omaki – goveje meso, pire krompir, zelena solata (3, 7)

Petek, 28. 3. 2025

Zajtrk: kislá smetana (7), črni kruh (1; pšenica), bela kava (7)

Malica: slan sirov polž (1; pšenica, 7), sok – gozdnimi sadeži, korenje

Kosilo: istrska enolončnica – bobiči, kruh, krof (1; pšenica, 3, 7)

Ponedeljek, 31. 3. 2025

Zajtrk: sir (7), salama, žemlja (1; pšenica), čaj, zelenjava

Malica: koruzni kosmiči, mleko (7), hruške

Kosilo: piščančji burger, lepinja, kečap, solata, sok (1; pšenica, 3, 7)

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika.

Organizator šolske prehrane: Urška Dolgan

Alergeni

1 gluten	2 raki	3 jajca	4 ribe	5 arašidi	6 soja	7 mleko / laktoza
						
8 oreščki	9 listna zelena	10 gorčično seme	11 sezamovo seme	12 žveplov dioksid	13 volčji bob	14 mehkužci
						

1. Žita, ki vsebujejo gluten, zlasti: pšenica (npr. pira in horasan), rž, ječmen, oves ali njihove križane vrste, in proizvodi iz njih.
2. Raki in proizvodi iz njih.
3. Jajca in proizvodi iz njih.
4. RIBE in proizvodi iz njih.
5. Arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih.
6. Zrnje soje in proizvodi iz njega.
7. Mleko in mlečni proizvodi (ki vsebujejo laktozo).
8. Oreščki in sicer mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ali orehi Queensland ter proizvodi iz njih.
9. Listna zelena in proizvodi iz nje.
10. Gorčično seme in proizvodi iz njega.
11. Sezamovo seme in proizvodi iz njega.
12. Žveplov dioksid in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂, ki se izračunajo za proizvode, ki so pripravljene za uživanje ali obnovljeni v skladu z navodili proizvajalcev.
13. Volčji bob in proizvodi iz njega.
14. Mehkužci in proizvodi iz njih.

Vir (s podrobno opredelitvijo alergenov): [Uredba \(EU\) št. 1169/2011](#), priloga II, str. 36.