



### Jedilniki za obdobje od 1.10.-2.10.2020

### III. GIMNAZIJA MARIBOR

Četrtek	Petek
Osnovni 1: PIŠČANČJI DUNAJSKI ZREZEK (Gl, J, So, MI), PRAŽEN KROMPIR (Gl)	Osnovni 1: OCVRT OSLIČ (Gl, J, Ri, So, MI), KROMPIRJEVA SOLATA
Vegi: MUSAKA S SIROM (Gl, MI, Z)	Vegi: KROMPIRJEV GOLAŽ (Gl, Z), SLADICA (Gl, J, A, MI)
<i>Ostalo 1</i>	<i>Ostalo 1</i>
<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>
<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>	<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>
<i>Solata 1</i>	<i>Solata 1</i>
<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>
<i>Solata 2</i>	<i>Solata 2</i>
<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>
<i>Solata 3</i>	<i>Solata 3</i>
<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>
<i>Mesni sendvič</i>	<i>Mesni sendvič</i>
<b>sendvič s piščančjimi prsi,zelenjava,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s suho salamo,dodatek,napitek</b>
<i>Vegi sendvič</i>	<i>Vegi sendvič</i>
<b>sendvič s sirmim namazom,zelenj ava,dodatek,napitek</b>	<b>crosant, čokoladno melko, napitek</b>
Tedenski meni	Tedenski meni
PIŠČANČJI HAMBURGER	PIŠČANČJI HAMBURGER

*V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.*



Jedilniki za obdobje od 5.10.-9.10.2020

III. GIMNAZIJA MARIBOR

Ponedeljek	Torek	Sreda	Četrtek	Petek
Osnovni 1: ŠPAGETI BOLONEZ (Gl, J, Z)	Osnovni 1:PERESNIKI S PIŠČANČJIM MESOM V SMETANOVI OMAKI (Gl, Ml, Z)	Osnovni 1:PIŠČANČJI NUGGETSI (MEDALJONI) (Gl, Z, Go), KROMPIR	Osnovni 1:ŠPINAČA (Gl, Ml), PIRE KROMPIR (Ml), HRENOVKA	Osnovni 1:OCVRT OSLIČ (Gl, J, Ri, So, Ml), KROMPIRJEVA SOLATA
Vegi: GOBOVA OMAKA (Gl, J, Ml, Z), AJDOVI ŽGANCI (Gl)	Vegi: CARSKI PRAŽENEC (Gl, J, Ml), KOMPOT	Vegi: ŠPINAČA (Gl, Ml), PIRE KROMPIR (Ml), JAJCE (J)	Vegi: OCVRTI SIR (Gl, J, So, Ml), PEČEN KROMPIR	Vegi: KROMPIRJEV ZREZEK (Gl, So, Z), TATARSKA OMAKA (J, Ml, Go)
<i>Ostalo 1</i>	<i>Ostalo 1</i>	<i>Ostalo 1</i>	<i>Ostalo 1</i>	<i>Ostalo 1</i>
<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>
<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>	<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>	<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>	<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>	<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>
<i>Solata 1</i>	<i>Solata 1</i>	<i>Solata 1</i>	<i>Solata 1</i>	<i>Solata 1</i>
<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>
<i>Solata 2</i>	<i>Solata 2</i>	<i>Solata 2</i>	<i>Solata 2</i>	<i>Solata 2</i>
<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>
<i>Solata 3</i>	<i>Solata 3</i>	<i>Solata 3</i>	<i>Solata 3</i>	<i>Solata 3</i>
<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>
<i>Mesni sendvič</i>	<i>Mesni sendvič</i>	<i>Mesni sendvič</i>	<i>Mesni sendvič</i>	<i>Mesni sendvič</i>
<b>sendvič s šunko,sirom,zelenjava, dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s suho salamo,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s poli,sir,zelenjava,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s piščančjimi prsi,zelenjava,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s suho salamo,dodatek,napitek</b>
<i>Vegi sendvič</i>	<i>Vegi sendvič</i>	<i>Vegi sendvič</i>	<i>Vegi sendvič</i>	<i>Vegi sendvič</i>
<b>sendvič s sirom,zelenjavo,dodatek,napitek</b>	<b>sirova štručka,ego jogurt,napitek</b>	<b>sendvič s tuno,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s sirnim namazom,zelenj ava,dodatek,napitek</b>	<b>crosant, čokoladno melko, napitek</b>
Tedenski meni	Tedenski meni	Tedenski meni	Tedenski meni	Tedenski meni
HOT DOG	HOT DOG	HOT DOG	HOT DOG	HOT DOG

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

Jedilniki za obdobje od 12.10-16.10.2020

### III. GIMNAZIJA MARIBOR

Ponedeljek	Torek	Sreda	Četrtek	Petek
Osnovni 1: GOVEJI GOLAŽ (Gl, Z, SO2), TESTENINE (Gl, J)	Osnovni 1: PIŠČANČJI ZREZEK V OMAKI (Gl, Z, Go), CURRY RIŽ (Z)	Osnovni 1: ČUFTI (Gl, J, Z), PIRE KROMPIR (Ml)	Osnovni 1: PIŠČANČJI ZREZEK V ZELENJAVNI OMAKI (Gl, Z, Go), KRUHOVA REZINA (Gl, J, So, Ml, Z, Se)	Osnovni 1: OCVRT OSLIČ (Gl, J, Ri, So, Ml), KROMPIRJEVA SOLATA
Vegi: BUČKE V OMAKI (Gl, Ml, Z), PIRE KROMPIR (Ml), ČOKOLADA	Vegi: ZELENJAVNI GOLAŽ (Gl, Ml, Z), TESTENINE (Gl, J)	Vegi: SKUTINE PALAČINKE (Gl, J, Ml), KOMPOT	Vegi: SIROVI ŠTRUKLJI Z DROBTINAMI (Gl, J, So, Ml, Se)	Vegi: ZELENJAVNI POLPET (Gl, So, Z), ŠPINAČA (Gl, Ml), PIRE KROMPIR (Ml)
Ostalo 1	Ostalo 1	Ostalo 1	Ostalo 1	Ostalo 1
<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>
Ostalo 2 <b>musli,ego jogurt</b>	Ostalo 2 <b>musli,ego jogurt</b>	Ostalo 2 <b>musli,ego jogurt</b>	Ostalo 2 <b>musli,ego jogurt</b>	Ostalo 2 <b>musli,ego jogurt</b>
Solata 1	Solata 1	Solata 1	Solata 1	Solata 1
<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>
Solata 2	Solata 2	Solata 2	Solata 2	Solata 2
<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>
Solata 3	Solata 3	Solata 3	Solata 3	Solata 3
<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>
Mesni sendvič	Mesni sendvič	Mesni sendvič	Mesni sendvič	Mesni sendvič
<b>sendvič s šunko,sirom,zelenjava, dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s suho salamo,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s poli,sir,zelenjava,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s piščančjimi prsi,zelenjava,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s suho salamo,dodatek,napitek</b>
Vegi sendvič	Vegi sendvič	Vegi sendvič	Vegi sendvič	Vegi sendvič
<b>sendvič s sirom,zelenjavo,dodatek,napitek</b>	<b>sirova štručka,ego jogurt,napitek</b>	<b>sendvič s tuno,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s sirmim namazom,zelenj ava,dodatek,napitek</b>	<b>crosant, čokoladno melko, napitek</b>
Tedenski meni	Tedenski meni	Tedenski meni	Tedenski meni	Tedenski meni
POHANČEK	POHANČEK	POHANČEK	POHANČEK	POHANČEK

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

**Jedilniki za obdobje od 19.10-23.10.2020**
**III. GIMNAZIJA MARIBOR**

<i>Ponedeljek</i>	<i>Torek</i>	<i>Sreda</i>	<i>Četrtek</i>	<i>Petek</i>
Osnovni 1: MAKARONI Z GOVEJIM MESOM (Gl, J, Z)	Osnovni 1: PEČENA PIŠČANČJA BEDRA V NARAVNI OMAKI (Z), MLINCI (Gl, J)	Osnovni 1: PIŠČANČJE KOCKE V OMAKI (Gl, Z, Go), TESTENINE (Gl, J)	Osnovni 1: OCVRT MESNI SIR (Gl, J, So, Ml), DUŠEN RIŽ (Gl, Z)	Osnovni 1: RIŽOTA Z MESOM (Gl, Z)
Vegi: ZELENJAVNA JUHA (Gl, Z), ČOKOLADA	Vegi: MUSAKA S SIROM IN ZELENJAVO (Gl, J, Ml, Z)	Vegi: AJDOVA KAŠA Z ZELENJAVO (Gl, Z)	Vegi: KANELON Z GOBAMI (Gl, J, So, Ml, Z), PRAŽEN KROMPIR (Gl)	Vegi: CARSKI PRAŽENEC (Gl, J, Ml), KOMPOT
<i>Ostalo 1</i>	<i>Ostalo 1</i>	<i>Ostalo 1</i>	<i>Ostalo 1</i>	<i>Ostalo 1</i>
<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>	<b>sadje, sirova</b>
<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>	<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>	<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>	<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>	<i>Ostalo 2</i> <b>musli,ego jogurt</b>
<i>Solata 1</i>	<i>Solata 1</i>	<i>Solata 1</i>	<i>Solata 1</i>	<i>Solata 1</i>
<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>	<b>solata z ocvrtim piščancem</b>
<i>Solata 2</i>	<i>Solata 2</i>	<i>Solata 2</i>	<i>Solata 2</i>	<i>Solata 2</i>
<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>	<b>solata s tuno</b>
<i>Solata 3</i>	<i>Solata 3</i>	<i>Solata 3</i>	<i>Solata 3</i>	<i>Solata 3</i>
<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>	<b>solata s sirom</b>
<i>Mesni sendvič</i>	<i>Mesni sendvič</i>	<i>Mesni sendvič</i>	<i>Mesni sendvič</i>	<i>Mesni sendvič</i>
<b>sendvič s šunko,sirom,zelenjava, dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s suho salamo,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s poli,sir,zelenjava,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s piščančjimi prsi,zelenjava,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s suho salamo,dodatek,napitek</b>
<i>Vegi sendvič</i>	<i>Vegi sendvič</i>	<i>Vegi sendvič</i>	<i>Vegi sendvič</i>	<i>Vegi sendvič</i>
<b>sendvič s sirom,zelenjavo,dodatek,napitek</b>	<b>sirova štručka,ego jogurt,napitek</b>	<b>sendvič s tuno,dodatek,napitek</b>	<b>sendvič s sirmim namazom,zelenj ava,dodatek,napitek</b>	<b>crosant, čokoladno melko, napitek</b>
Tedenski meni	Tedenski meni	Tedenski meni	Tedenski meni	Tedenski meni
HAMBURGER	HAMBURGER	HAMBURGER	HAMBURGER	HAMBURGER

*V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.*

### **Alergeni so navedeni v oklepaju ob jedi!**

#### **LEGENDA:**

**GI-** žita, ki vsebujejo gluten: pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste in proizvodi iz njih

**J-** jajca in proizvodi iz njih

**MI-** mleko in mlečni izdelki, ki vsebujejo laktozo

**RI** ribe: vse vrste rib, kot samostojne jedi, tudi inčuni, sardele itd. in proizvodi iz rib

**R2** raki: rakovice, jastogi, kozice, škampi, potočni raki in drugi rakiter proizvodi iz rakov

**M-** mehkužci glavonožci, kot so sipe, hobotnice, lignji; lupinarji, kot so školjke, polži ter proizvodi iz mehkužcev

**A-** 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

**O-** 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

**SS-** sezamovo seme: prisotno v nekaterih vrstah kruha in pekovskih izdelkih, sezamovem olju, tahini (pasta) ter proizvodi iz sezamovega semena

**GS-** gorčično seme: tekoča gorčica, gorčica v prahu in gorčično seme ter proizvodi iz njega

**S-** zrnje soje: najdemo ga tudi v paštetah, hrenovkah, salamah, pecivu, sojinem siru-tofu in sojinem olju ter proizvodi iz soje

**Z-** zelena: stebila, listi, gomolj in seme zelene ter proizvodi iz zelene

**V-** volčji bob: semena in moka; prisoten v nekaterih vrstah kruha, pit, peciva in testenin ter proizvodi iz volčjega boba

**SO2-** žveplov dioksid in sulfiti prisotni kot konzervansi v suhem sadju, mesnih izdelkih, zelenjavi, krompirjevih izdelkih, brezalkoholnih pijačah (sokovi)



