

JEDILNIK JANUAR 2018 – VRTEC - 1. STAROSTNO OBDOBJE

3. teden (od 15. 1. do 19. 1. 2018)

PONEDELJEK

Zajtrk: **Koruzni kruh (GPŠ), marelična marmelada, kislá smetana (M), nesladkan čaj ali voda**
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**
Kosilo: **Porova juha (GPŠ, J, Z), testenine - polžki (GPŠ, J), paradižnikova omaka, riban sir (M), zelena solata s koruzo, nesladkan čaj ali voda**
Pop. Malica: **Kajzerica (GPŠ), navadni jogurt (M)**

TOREK

Zajtrk: **Carski praženec (GPŠ, M, J), nesladkan čaj ali voda**
Malica: **Mešano sezonsko sadje**
Kosilo: **Piščančja obara z zdrobovimi cmoki (GPŠ), bel kruh (GPŠ, S), domače pecivo (GPŠ, M, J), voda ali nesladkan čaj**
Pop. malica: **Prepečenec (GPŠ), grozdje, voda**

SREDA

Zajtrk: **Mlečni riž z rozinami, mleko (M) [eko mleko lokalnega pridelovalca]**
Malica: **Mešano sezonsko sadje**
Kosilo: **Korenčkova juha (GPŠ, J, Z), svinjski zrezek v omaki, kus kus (GPŠ), rdeča pesa, voda ali nesladkan čaj**
Pop. Malica: **Žemlja (GPŠ), banana, voda**

ČETRTEK

Zajtrk: **Pletenka (GPŠ), bio kefir z okusom (M)**
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**
Kosilo: **Bučna juha (GPŠ, J, Z), goveji golaž, polenta (GPŠ), paradižnikova solata, voda ali nesladkan čaj**
Pop. malica: **Več vrst sadja – smoothie (z vodo ali mlekom, sladkano lahko z medom), kruh (GPŠ)**

PETEK

Zajtrk: **Prosená kaša s suhimi slivami (GPŠ), mleko (M) [eko mleko lokalnega pridelovalca]**
Malica: **Mešano sezonsko sadje**
Kosilo: **Pašta fižol s klobaso (GPŠ), ajdov kruh (GPŠ), kompot, voda ali nesladkan čaj**
Pop. malica: **½ jabolčnega zavitka (GPŠ, M, J), voda**

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika. Pri vseh pripravljenih jedeh v kuhinji se uporablja manj sladkorja in manj soli.

VEČJI KOSI ŽIVIL SO SEKLJANI IN PRIMERNI ZA TO STAROSTNO SKUPINO.

LEGENDA OZNAK ALERGENOV:

M – mleko, mlečni izdelki (laktoza), **G** – gluten (pšenica – **GPŠ**, pira – **GPI**, rž – **GR**, ječmen – **GJ**, oves - **GO**), **Z** – zelena, **S** – soja, **A** – arašidi, **O** – oreški (orehi, mandeljni, lešniki, pistacija, brazilski oreški...ipd), **J** – jajca, **R** – ribe, **GOR** – gorčica, **SE** – sezam, **VB** – volčji bob, **ME** – mehkužci, **ŽD**, žveplov dioksid, **SU** - sulfiti

Vse jedi, živila, ki jih ponujamo lahko vsebujejo alergene v sledovih. (Uredba EU št. 1169/2011 in Uredba o izvajanju Uredbe 1169/2011 (Uradni list RS, št. 6/2014))