

JEDILNIK DECEMBER 2018 – VRTEC - 1. STAROSTNO OBDOBJE

3. teden (od 17.12. do 21.12.2018)

PONEDELJEK

Zajtrk: Sirova štručka (GPŠ, M), mleko [EKO mleko lokalnega pridelovalca] (M)
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Jota iz zelja (GPŠ), bel kruh (GPŠ), kompot, voda ali nesladkan čaj
Pop. Malica: Polnozrnati keksi (GPŠ) (brez dodanega sladkorja)

TOREK

Zajtrk: Črn kruh (GPŠ), topljeni sir za mazanje (M), nesladkan čaj ali voda
Malica: Mešano sezonsko sadje
Kosilo: Prežganka (GPŠ, J), piščančje kračke, pire krompir [EKO krompir lokalnega pridelovalca] (M), rdeča pesa, voda ali nesladkan čaj
Pop. malica: Sirni namaz šunka- Mu (M), kos polbelega kruha (GPŠ)

SREDA

Zajtrk: Pirin zdrob na mleku* [EKO mleko lokalnega pridelovalca] s čokoladnim posipom
Malica: Mešano sezonsko sadje
Kosilo: Zdrobova juha (GPŠ), testenine z mesno omako (GPŠ, J), stročji fižol, nesladkan čaj
Pop. malica: Banana

ČETRTEK

Zajtrk: Ocvrta jajčka (J), polbeli kruh (GPŠ, Z), nesladkan čaj
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Brokolijeva juha z ajdovo kašo (GPŠ, Z), goveji zrezek v naravni omaki (GPŠ, Z), kus kus (GPŠ), zelena solata s koruzo, voda ali nesladkan čaj
Pop. Malica: ½ jabolčnega zavitka (GPŠ, M, J)

PETEK

Zajtrk: Ovsen kruh (GPŠ, GR), puranja šunka¹, kisl paprika, nesladkan čaj ali voda
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Ričet (GJ), bel kruh (GPŠ), polnozrnat žepok (GPŠ), voda ali nesladkan čaj
Pop. malica: Polnozrnat krispi (GPŠ), 100 % breskov sok

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

1 OPOMBA: PURANJA ŠUNKA - PIVKA je iz kakovostnih kosov svetlega mesa prsi in temnega mesa beder brez dodanih maščob. Spada med lahke izdelke.

EKOLOŠKO ŽIVILO JE OZNAČENO Z *.

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))