

JEDILNIK MAREC 2019 – VRTEC – 1. STAROSTNO OBDOBJE

4. teden (od 25. 3. do 29. 3. 2019)

PONEDELJEK

Zajtrk: Ovsen kruh (GPŠ, GO, S), sirni namaz z zelišči MU (M), nesladkan čaj ali voda
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Porova juha (GPŠ, J, Z), testenine v paradižnikovi omaki (GPŠ, J), zelena solata s koruzo, nesladkan čaj ali voda
Pop. Malica: Grisini, 100 % jabolčni sok

TOREK

Zajtrk: Carski praženec (GPŠ, J, M), nesladkan čaj ali voda
Malica: Mešano sadje
Kosilo: Krompirjev golaž, bel kruh (GPŠ), kompot, voda ali nesladkan čaj
Pop. malica: Pisan kruh (GPŠ), marmelada, maslo (M)

SREDA

Zajtrk: Kruh s semeni (GPŠ, GR, SE), puranja šunka*¹, kisle kumare, nesladkan čaj ali voda
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Korenčkova juha (GPŠ, J, Z), oslič v brez jajčni panadi (R), pire krompir (M), špinačna priloga (M), črn kruh (GPŠ) voda ali nesladkan čaj
Pop. Malica: Mlečna štručka (GPŠ)

ČETRTEK

Zajtrk: Polbel kruh (GPŠ), tunin namaz (R)[domača izdelava], nesladkan čaj ali voda
Malica: Mešano sadje
Kosilo: Fižolova juha, mesna omaka, svaljki (GPŠ), polbeli kruh (GPŠ), rdeča pesa, nesladkan čaj ali voda
Pop. malica: Riževi vafliji, pomaranča

PETEK

Zajtrk: Makova štručka (GPŠ), kakav (M) *[eko mleko lokalnega pridelovalca*]*
Malica: Suho sadje
Kosilo: Ričet (GJ), polnozrnat kruh (GPŠ), domače pecivo (GPŠ, M, J), voda
Pop. malica: Banana

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

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

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)