

JEDILNIK SEPTEMBER 2019 – VRTEC - 1. STAROSTNO OBDOBJE

3. teden (od 16. 9. do 20. 9. 2019)

PONEDELJEK

Zajtrk: **1. leto: Pšenični zdrob na mleku** (M)
2. in 3. leto: Ovsen kruh (GPŠ, GO, S), sirni namaz z zelišči MU (M), nesladkan čaj ali voda

Malica: **Mešano sezonsko sadje**

Kosilo: **Jota iz zelja, bel kruh** (GPŠ), kompot, voda

Pop. Malica: **Banana**

TOREK

Zajtrk: **Ajdov kruh z orehi** (GPŠ, O), med, maslo (M), nesladkan čaj ali voda

Malica: **Mešano sezonsko sadje**

Kosilo: **Bučkina kremna juha** (GPŠ, J, Z), piščančji paprikaš, široki rezanci (GPŠ, J), kitajsko zelje s fižolom, voda

Pop. malica: **Bio koruzna zemlja**

SREDA

Zajtrk: **Polnozrnat kruh** (GPŠ, GR), šunka v ovoju, nesladkan čaj ali voda

Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**

Kosilo: **Telečja obara z žličniki** (GPŠ), puding [domača izdelava], ržen kruh (GPŠ, GR), nesladkan čaj ali voda

Pop. Malica: **Več vrst sadja – smootie** (z vodo ali mlekom, sladkano lahko z medom),

ČETRTEK

Zajtrk: **Polbel kruh** (GPŠ, S), ocvrta jajčka (J), nesladkan čaj ali voda

Malica: **Mešano sezonsko sadje**

Kosilo: **Prežganka** (GPŠ, J), goveji golaž (GPŠ), polenta (GPŠ), rdeča pesa, nesladkan čaj ali voda

Pop. malica: **½ jabolčnega zavitka** (GPŠ, M, J)

PETEK

Zajtrk: **Prosena kaša s suhimi slivami, mleko** (M) [*eko mleko lokalnega pridelovalca*],

Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**

Kosilo: **Porova juha** (GPŠ, J), sirovi tortelini (GPŠ, J, M), paradižnikova omaka, zeljna solat s korenčkom, voda

Pop. malica: **Grisini** (GPŠ), grozdje,

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 (laktaza), **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))