

JEDILNIK OKTOBER 2019 – VRTEC – 1. STAROSTNO OBDOBJE

2. teden (od 7. 10. do 11. 10. 2019)

PONEDELJEK

Zajtrk: Polbeli kruh (GPŠ), marelična marmelada, kislá smetana (M), nesladkan čaj ali voda
Malica: Sadje
Kosilo: Porova juha (GPŠ, J, Z), testenine v paradižnikovi omaki (GPŠ, J), zelena solata s koruzo, voda ali nesladkan čaj
Pop. malica: Grisini (GPŠ), grozdje

TOREK

Zajtrk: Polbeli kruh (GPŠ), ocvrta jajčka (J), nesladkan čaj ali voda
Malica: Mešano sadje
Kosilo: Jota z zeljem in kranjsko klobaso, jabolčni zavitek (GPŠ, J, M), ovsen kruh (GPŠ, GO, S), nesladkan čaj ali voda
Pop. malica: Pehtranov štrukelj (GPŠ, M, J)

SREDA

Zajtrk: **1. leto:** Polenta, mleko* (M) [*eko mleko lokalnega pridelovalca*]
2. in 3. leto: Kruh s semeni (GPŠ, SE), sirni namaz z zelišči (M), nesladkan čaj ali voda
Malica: Mešano sadje
Kosilo: Zdrobova juha (GPŠ, J, Z), mesne kroglice v paradižnikovi omaki (GPŠ, J), pire krompir (M), rdeča pesa, voda ali nesladkan čaj
Pop. Malica: Banana

ČETRTEK

Zajtrk: Kosmiči s toplim mlekom (GPŠ, GO, GJ, M)
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Zelenjavna enolončnica iz svežega zelja, cmoki z mareličnim nadevom (GPŠ, M, J), nesladkan čaj
Pop. malica: Bio rogljiček* (GPŠ)

PETEK

Zajtrk: Bio sadni jogurt* (M), polnozrnata štručka (GPŠ), nesladkan čaj
Malica: Mešano sadje
Kosilo: Bučna juha (GPŠ), svinjska pečenka, riž, zeljnata solata s fižolom, voda
Pop. Malica: Polnozrnat prepečenec (GPŠ), 100 % ananasov sok

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

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))