

JEDILNIK MAJ 2020 – VRTEC 1. STAROSTNO OBDOBJE

4. teden (od 25. 05. do 29. 05. 2020)

PONEDELJEK

Zajtrk: Štručka šunka – sir (GPŠ, M), nesladkan čaj ali voda
Malica: Sadje
Kosilo: Goveji golaž (GPŠ, Z), koruzni žganci (GPŠ), paradižnikova solata, nesladkan čaj ali voda
Pop. malica: Nektarina

TOREK

Zajtrk: Hot dog štručka (GPŠ), piščančja hrenovka NJAMI Pivka^{1*} (brez aditivov in E-jev), ajvar, Nesladkan čaj
Malica: Zelenjavni krožnik
Kosilo: Jota iz zelja, bel kruh (GPŠ, S), sladoled, voda
Pop. Malica: Polnozrnati grisini (GPŠ)

SREDA

Zajtrk: Corn flakes (brez dodanega sladkorja), toplo mleko* (M)
Malica: Mešano sezonsko sadje
Kosilo: Milijonska juha z jušnimi testeninami (GPŠ, Z, J), puranji zrezki v smetanovi omaki (M), kus kus, zelena solata s koruzo, voda
Pop. malica: Banana

ČETRTEK

Zajtrk: Ocvrta jajčka (J), polbeli kruh (GPŠ)
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Zelenjavna enolončnica, marelični cmoki z drobtinami (GPŠ, M, J), čaj ali voda
Pop. malica: Polnozrnat rogljiček (GPŠ)

PETEK

Zajtrk: Tunin sendvič (GPŠ, M), nesladkan čaj
Malica: Mešano sezonsko sadje
Kosilo: Špinačna juha (GPŠ), osliči v brez jajčni panadi (R), pire krompir (M), črn kruh (GPŠ)
Pop. Malica: Sadna skutka Muki (M)

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

V času epidemije COVID – 19 je jedilnik prilagojen po priporočilih NIJZ (enostavnejši, enoporcijski obroki)

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))