

JEDILNIK 2020 – VRTEC 1. STAROSTNO OBDOBJE

3. teden (od 15. 06. do 19. 06. 2020)

PONEDELJEK

Zajtrk: Pletenka (GPŠ, M), **belá kava (M)** [*eko mleko lokalnega pridelovalca*]
Malica: Sadje
Kosilo: Fižolova mineštra s testeninami (GPŠ, J, Z), sladoled (M), ovsen kruh (GPŠ, GO, S), voda
Pop. malica: ½ buhtlja (GPŠ, M, J)

TOREK

Zajtrk: Pečena jajčka (J), polbel kruh (GPŠ)
Malica: Zelenjavni krožnik
Kosilo: Bučna juha (GPŠ, J, Z), rižota s puranjim mesom, zelena solata s koruzo, voda
Pop. Malica: Melona, polnozrnate palčke (GPŠ)

SREDA

Zajtrk: Bombeta s semeni (GPŠ, GR), **bio jogurt malina* (M)**, voda
Malica: Mešano sezonsko sadje
Kosilo: Porova juha (GPŠ, J, Z), goveji zrezek v naravni omaki (GPŠ, Z), kus kus (GPŠ), paradižnikova solata, voda ali nesladkan čaj
Pop. malica: Riževi vafli, češnje

ČETRTEK

Zajtrk: Ržen kruh (GPŠ), piščančja hrenovka NJAMI Pivka^{1*} (brez aditivov in E-jev), ajvar, voda
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Goveja juha z rezanci (GPŠ, J), sirovi tortelini (GPŠ, J) v smetanovi omaki (M), zeljna solata, nesladkan čaj ali voda
Pop. malica: Smuti z navadnim jogurtom in gozdnimi sadeži

PETEK

Zajtrk: **Bio koruzni kruh* (GPŠ)**, marmelada, maslo (M), čaj
Malica: Mešano sezonsko sadje
Kosilo: Jota iz zelja, bel kruh (GPŠ, S), palačinke, voda
Pop. Malica: Polnozrnati piškoti (GPŠ)

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

VEČJI KOSI ŽIVIL SO SEKLJANI IN PRIMERNI ZA TO STAROSTNO SKUPINO

Po priporočilih NIJZ so obroki prilagojeni (enostavnejši, enoporcijski) zaradi COVID-19.

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))