

# JEDILNIK OKTOBER 2020 – VRTEC 1. STAROSTNO OBDOBJE

## 1. teden (od 5. 10. do 9. 10. 2020)

---

### PONEDELJEK

Zajtrk: **Koruzni kosmiči** (brez dodanega sladkorja), **toplo mleko** (M)  
Malica: **Mešano sezonsko sadje**  
Kosilo: **Jota iz zelja, polbel kruh** (GPŠ, S), **kompot, voda**  
Pop. Malica: **½ francoskega rogljička** (GPŠ)

---

### TOREK

Zajtrk: **Polnozrnat kruh** (GPŠ, GR), **pašteta Argeta – Junior**, **nesladkan čaj ali voda**  
Malica: **Mešano sezonsko sadje**  
Kosilo: **Bučna juha** (GPŠ, J, Z), **rižota s puranjim mesom, paradižnikova solata, voda**  
Pop. malica: **Prepečenec** (GPŠ), **100 % jabolčni sok**

---

### SREDA

Zajtrk: **Črn kruh** (GPŠ), **topljeni sir za mazanje** (M), **nesladkan čaj**  
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**  
Kosilo: **Prežganka** (GPŠ, J), **testenine z mesno omako** (GPŠ, J), **rdeča pesa, voda ali nesladkan čaj**  
Pop. Malica: **Mandarine, polnozrnat keksi** (GPŠ)

---

### ČETRTEK

Zajtrk: **Polbeli kruh** (GPŠ), **puranja šunka, kisle kumarice, nesladkan čaj**  
Malica: **Mešano sezonsko sadje**  
Kosilo: **Zelenjavna enolončnica, slivovi cmoki z drobtinami** (GPŠ, M, J), **voda**  
Pop. malica: **Jogurt sadni** (M)

---

### PETEK

Zajtrk: **Umešana jajčka** (J), **ovsen kruh** (GPŠ, GR), **nesladkan čaj**  
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**  
Kosilo: **Špinačna juha** (GPŠ), **osliči v brez jajčni panadi** (R, GPŠ), **pire krompir** (M), **črn kruh** (GPŠ)  
**voda, ali nesladkan čaj**  
Pop. malica: **Hruška**

---

**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

OPOMBA: PAŠTETA ARGETA JUNIOR je 100-odstotno naravna mešanica najboljših sestavin. Brez ojačevalcev okusa, brez konzervansov in brez glutena.

#### EKOLOŠKO ŽIVILO JE OZNAČENO Z \*.

#### 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))