

JEDILNIK OKTOBER 2020 – VRTEC

2. teden (od 12. 10. do 16. 10. 2020)

PONEDELJEK

- Zajtrk: **Buhtelj** (GPŠ, M, J) z mareličnim nadevom, **mleko (M)** [*eko mleko lokalnega proizvajalca*],
- Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**
- Kosilo: **Porova juha** (GPŠ, J, Z), **goveji zrezek v naravni omaki** (GPŠ, Z), **kus kus** (GPŠ), **zelena solata, voda**
- Pop. Malica: **Keksi polnozrnatni** (GPŠ)
-

TOREK

- Zajtrk: **Polbeli kruh** (GPŠ), **tunin namaz (R)**[*domača izdelava*], **paprika, nesladkan čaj**
- Malica: **Mešano sezonsko sadje**
- Kosilo: **Telečja* obara** (bio telečje meso) s širokimi rezanci (GPŠ), **domače pecivo** (GPŠ, J, M), **ovsen kruh** (GPŠ, GO, S), **nesladkan čaj ali voda**
- Pop. malica: **Pirina štručka** (GPŠ)
-

SREDA

- Zajtrk: **Pletenka** (GPŠ), **bio kefir* zeleno jabolko (M)**
- Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**
- Kosilo: **Ajdova juha** (GPŠ) **kaneloni šunka - sir, pire krompir (M), rdeča pesa**
- Pop. Malica: **Banana**
-

ČETRTEK

- Zajtrk: **Kajzarica, šunka, sir (M), kisle kumarice, nesladkan čaj**
- Malica: **Mešano sezonsko sadje**
- Kosilo: **Brokolijeva juha** (GPŠ), **riž z zelenjavno – mesno omako*** (bio telečje mleto meso), **paradižnikova solata**
- Pop. malica: **Navadni jogurt (M), med**
-

PETEK

- Zajtrk: **Bio ajdov kruh*** (GPŠ, GR), **čokoladno lešnikov namaz (M, O)^{2*}**, **nesladkan čaj ali voda**
- Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**
- Kosilo: **Zelenjavni ričet** (GJ), **polbel kruh** (GPŠ), **sladoled v lončku (M), voda**
- Pop. malica: **Borovničev mafin** (GPŠ)
-

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

***1 OPOMBA:** Čokoladno lešnikov namaz smo uvrstili na jedilnik 1-x na dva meseca.

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))