

JEDILNIK OKTOBER 2020 – VRTEC 1. STAROSTNO OBDOBJE

3. teden (od 19. 10. do 23. 10. 2020)

PONEDELJEK

Zajtrk: **Pisan kruh (GPŠ), marelična marmelada, kislá smetana (M), nesladkan čaj ali voda**
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**
Kosilo: **Cvetačna juha z jušnimi testeninami (GPŠ, J, Z), testenine v paradižnikovi omaki, riban sir (M), kitajsko zelje, voda**
Pop. Malica: **Mango**

TOREK

Zajtrk: **Mlečni riž z brusnicami, mleko* (M) [eko mleko lokalnega pridelovalca]**
Malica: **Mešano sezonsko sadje**
Kosilo: **Zdrobova juha (GPŠ, J, Z), segedin golaž s svinjino, polenta, voda**
Pop. malica: **Prepečenec (GPŠ)**

SREDA

Zajtrk: **Koruzni kruh (GPŠ), med*, maslo (M), nesladkan čaj**
Malica: **Mešano sezonsko sadje**
Kosilo: **Pašta fižol (GPŠ), ajdov kruh (GPŠ), krof z marelično marmelado (M, J, GPŠ)**
Pop. Malica: **Banana**

ČETRTEK

Zajtrk: **Carski praženec (GPŠ, M, J), nesladkan čaj**
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**
Kosilo: **Prežganka (GPŠ, Z, J), čufti v paradižnikovi omaki (GPŠ, J, Z), krompir v kosih*, rdeča pesa**
Pop. malica: **½ jabolčnega zavitka (GPŠ, M, J), voda**

PETEK

Zajtrk: **Kruh s semeni (GPŠ, GR), pečen pršut, češnjev paradižnik, nesladkan čaj ali voda**
Malica: **Mešano sezonsko sadje**
Kosilo: **Korenčkova juha, puran v smetanovi omaki, pirini svaljki (GPŠ, J), zeljna solata**
Pop. malica: **Hrustljavi kruhki (GPŠ), sirni namaz (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

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))