

JEDILNIK FEBRUAR 2021 – VRTEC 1. STAROSTNO OBDOBJE

4. teden (od 22. 2. do 26. 2. 2021)

PONEDELJEK

Zajtrk: Črn kruh (GPŠ), topljeni sir za mazanje (M), nesladkan čaj
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Cvetačna juha (GPŠ, J, Z), testenine v paradižnikovi omaki (GPŠ, J), zelena solata s koruzo, voda
Pop. Malica: Grški jogurt (M)

TOREK

Zajtrk: Polbel kruh (GPŠ, GR), piščančja šunka, kisle kumarice, nesladkan čaj
Malica: Mešano sadje
Kosilo: Krompirjev golaž, bel kruh (GPŠ), kompot, voda ali nesladkan čaj
Pop. malica: Mlečna štručka

SREDA

Zajtrk: Pletenka (GPŠ, GR), jogurt (M)
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Milijonska juha z jušnimi testeninami (GPŠ, Z, J), puranji trakovi v smetanovi omaki (M), kus kus, mešana solata, voda
Pop. Malica: Banana

ČETRTEK

Zajtrk: Polnozrnat kruh (GPŠ, GR), pašteta Argeta – Junior*¹, kisle kumarice, redkvice, nesladkan čaj ali voda
Malica: Mešano sadje
Kosilo: Zdrobova juha (GPŠ), pečen file šarenke (R), maslen krompir v kosih (M), špinačna priloga (M)
Pop. malica: Polnozrnat keksi (GPŠ)

PETEK

Zajtrk: Polenta, mleko* (M) [*eko mleko lokalnega pridelovalca*]
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Fižolova mineštra s testeninami (GPŠ, J, Z), francoski rogljiček (GPŠ, M, J), ovsen kruh (GPŠ, GO, S), voda
Pop. malica: Riževi vafliji, 100 % ananasov sok

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

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)