

JEDILNIK MAREC 2021 – VRTEC 1. STAROSTNO OBDOBJE

4. teden (od 22. 3. do 26. 3. 2021)

PONEDELJEK

Zajtrk: **Mlečni riž (M)** [*eko mleko lokalnega pridelovalca*], čokoladni posip
Malica: **Sadni krožnik**
Kosilo: **Pašta fižol (GPŠ), ajdov kruh (GPŠ), palačinke s čokoladnim nadevom (GPŠ, M, J), voda**
Pop. Malica: **Banana**

TOREK

Zajtrk: **Kajzerica, šunka, sir (GPŠ, M), nesladkan čaj**
Malica: **Mešano sezonsko sadje**
Kosilo: **Paradižnikova juha (GPŠ, J, Z), goveji golaž (GPŠ, Z), polenta (GPŠ), rdeča pesa, nesladkan čaj ali voda**
Pop. malica: **Hrustljavi kruhki (GPŠ)**

SREDA

Zajtrk: **Koruzna bombeta (GPŠ), sadni jogurt (M)**
Malica: **Mešano sezonsko sadje**
Kosilo: **Cvetačna juha (GPŠ, J), pečenica, slan krompir, kislja repa, nesladkan čaj ali voda**
Pop. malica: **Čokoladno mleko (M)**

ČETRTEK

Zajtrk: **Črn kruh (GPŠ), topljeni sir za mazanje (M), nesladkan čaj**
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**
Kosilo: **Piščančja obara (GPŠ), jabolčni zavitek (GPŠ, J, M), nesladkan čaj ali voda**
Pop. Malica: **Riževi vafliji, 100 % ananasov sok**

PETEK

Zajtrk: **Francoski rogljiček z marelično marmelado (GPŠ, M, J), nesladkan čaj ali voda**
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**
Kosilo: **Porova juha (GPŠ, J, Z), sirovi tortelini (GPŠ, J, M), paradižnikova omaka, zelena solata s koruzo, voda**
Pop. malica: **Žitna rezina (GPŠ, 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

V času epidemije COVID – 19 je jedilnik prilagojen po priporočilih NIJZ (enostavnejši, enoporcijski obroki)

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))