

# JEDILNIK OKTOBER 2021 – VRTEC 1. STAROSTNO OBDOBJE

## 1. teden (od 4. 10. do 8. 10. 2021)

---

### PONEDELJEK

Zajtrk: **Koruzni kosmiči** (brez dodanega sladkorja), **toplo mleko** (M) [*eko mleko lokalnega pridelovalca*]  
Malica: **Mešano sezonsko sadje**  
Kosilo: **Telečja obara** (GPŠ), **ržen kruh** (GPŠ, S), **čokoladni mafin** GPŠ, M), **nesladkan čaj ali voda**  
Pop. Malica: **Sadje**

---

### TOREK

Zajtrk: **Sirov polžek** (GPŠ, M, J), **nesladkan čaj**  
Malica: **Mešano sezonsko sadje**  
Kosilo: **Zdrobova juha** (GPŠ, Z, J), **pečenica**, **slan krompir\***, **kisla repa**, **nesladkan čaj ali voda**  
Pop. malica: **Rešetko s čokoladno vaniljevim nadevom** (GPŠ, M, J)

---

### 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, polnozrnatih keksi** (GPŠ)

---

### ČETRTEK

Zajtrk: **Graham žemlja** (GPŠ, GR), **bio jogurt s sadjem** (M), **nesladkan čaj**  
Malica: **Mešano sezonsko sadje**  
Kosilo: **Zelenjavna enolončnica**, **marelični cmoki z drobtinami** (GPŠ, M, J), **nesladkan čaj**  
Pop. malica: **Kos kruha** (GPŠ), **čokoladni namaz** (M, O)

---

### PETEK

Zajtrk: **Pirin kruh** (GPŠ), **piščančja hrenovka NJAMI Pivka<sup>1\*</sup>** (brez aditivov in E-jev), **ajvar**, **voda**  
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**  
Kosilo: **Bučna juha** (GPŠ, J, Z), **zelenjavno mesna rižota**, **paradižnikova solata**, **nesladkan čaj**  
Pop. malica: **Hrustljavi kruhki** (GPŠ), **rozine**

---

**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 ŽIVIL JE OZNAČENO Z \*.**

#### LEGENDA OZNAK ALERGENOV:

**M** – mleko, mlečni izdelki (laktosa), **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))