

JEDILNIK MAREC 2023 – VRTEC - 1. STAROSTNO OBDOBJE

3. teden (od 20. 3. do 24. 03. 2023)

PONEDELJEK

Zajtrk: Črn kruh (GPŠ), topljeni sir za mazanje (M), čaj
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Grahova juha (GPŠ, J, Z), testenine v paradižnikovi omaki (GPŠ, J), riban sir (M), rdeča pesa, voda ali nesladkan čaj
Pop. Malica: Jogurt (M)

TOREK

Zajtrk: Umešana jajčka, kos črnega kruha, nesladkan čaj
Malica: Mešano sadje
Kosilo: Krompirjev golaž, bel kruh (GPŠ), krem rezina (M), voda ali nesladkan čaj
Pop. malica: Kos kruha, namaz (M)

SREDA

Zajtrk: Pisan kruh (GPŠ), sirni namaz (M), sadni čaj
Malica: Mešano sadje
Kosilo: Zelenjavna juha (GPŠ, J, Z), mesna omaka (**bio goveje meso***), riž, zeljnata solata, voda ali nesladkan čaj
Pop. malica: Grisini, sok

ČETRTEK

Zajtrk: Kruh s semeni (GPŠ, GR, SE), puranja šunka, kisle kumare, nesladkan čaj ali voda, suhi jabolčni krhlji
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Cvetačna juha (GPŠ, Z, J), pečenica, slan krompir, kislo zelje, nesladkan čaj ali voda
Pop. Malica: Keksi (GPŠ)

PETEK

Zajtrk: Prosenka kaša s suhimi slivami, **mleko (M)** [*eko mleko lokalnega pridelovalca*], banana
Malica: Sadno zelenjavni krožnik
Kosilo: Pašta fižol, jagodni cmoki z drobtinami (GPŠ, M, J), sok redčen z vodo
Pop. malica: Sadje

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.

EKOLOŠKO ŽIVILLO 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))