

# JEDILNIK OKTOBER 2023 – VRTEC - 1. STAROSTNO OBDOBJE

2. teden (od 9. 10. do 13. 10. 2023)



## PONEDELJEK

Zajtrk: **Pisan kruh** (GPŠ, GR), umešana jajčka (J), nesladkan čaj  
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**  
Kosilo: **Ričet zelenjavni** (GJ), **polbel kruh** (GPŠ), **domač puding** (M), **voda**  
Pop. Malica: **Keksi polnozrnat** (GPŠ), **sadje**

## TOREK

Zajtrk: **Sirova štručka** (M, GPŠ), **mleko** (M)  
Malica: **Mešano sezonsko sadje**  
Kosilo: **Prežganka** (GPŠ, J, Z), **goveji zrezek v naravni omaki** (GPŠ, Z), **kus kus** (GPŠ), **kitajsko zelje**, **voda**  
Pop. malica: **Grški jogurt** (M)

## SREDA

Zajtrk: **Polenta**, **mleko\*** (M) [*eko mleko lokalnega pridelovalca*]  
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**  
Kosilo: **Cvetačna juha** (GPŠ), **testenine po milansko** (GPŠ, J), **zelena solata**  
Pop. Malica: **Pirina štručka** (GPŠ)

## ČETRTEK

Zajtrk: **Ovsen kruh** (GPŠ, GO, S), **tunin namaz** (R, J), **nesladkan čaj ali voda**  
Malica: **Mešano sezonsko sadje**  
Kosilo: **Pasulj s suhim mesom**, **čokoladni mafin** (GPŠ, M, J), **ovsen kruh** (GPŠ, GO, S), **voda**  
Pop. malica: **Mleko** (M), **banana**

## PETEK

Zajtrk: **Polnozrnat kruh** (GPŠ, GR), **mortadela**, **kisle kumarice**, **nesladkan čaj**  
Malica: **Sadno zelenjavni krožnik**  
Kosilo: **Špinačna juha**, **oslič v brez jajčni panadi** (R, GPŠ), **masleni krompir\*** s peteršiljem (M), **voda**, ali **nesladkan čaj**  
Pop. malica: **Hrustljavi kruhki** (GPŠ), **sok breskov**

**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))