



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 07.10.2019 DO 11.10.2019

ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOŠILO		POPOLDANSKA MALICA	
1	Ajdov kruh		Grahova kremna juha	1,7	Pletenica
7	domač sadno skutni namaz	1,3	polnozrnatni špageti bologneze	7	mleko
	planinski čaj z limono	7	sir za posip		
			kitajsko zelje s fižolom		
SZK	sadni krožnik				
7	Mlečna prosena kaša		Golaževa juha	1	Ovseni kruh
8	čokoladno lešnikov posip	1	črni kruh		sadje
		7,1,3	borovničev zavitek		
			mešani kompot(jabolka,slive)		
SZK	zelenjavni krožnik				
1	Koruzna žemlja	7	Kremna juha iz muškadne buče s proseno kašo	1,7	Polnozrnatni krekerji
7	naravni jogurt		svinjska pečenka v čebulni omaki		korenčkov sok
		1,3	krompirjevi svaljki		
			zelenja solata z motovilcem		
SZK	sadni krožnik				
1	Črni kruh	1,3	Goveja juha z rezanci	7	Grški jogurt
	rezine piščančjih prsi		kuhana govedina		banana
	rezine rdeče in rume paprike		krompir v kosih z dušenim mladim zeljem		
	šipkov čaj		domač sadno zelenjavni sok		
1	Ržen kruh		Brokolijeva kremna juha	1,11,7	Bio pekovsko pecivo:
7	maslo		piščančji paprikaš		Jurček s sezamom
7	kakav	1,3	zdrobovi cmoki		sadje
			zeljna solata		

Alergeni: Več o alergenih je navedeno v prilogi ob jedilniku.

1 gluten, 2 raki, 3 jajca, 4 ribe, 5 arašidi, 6 soja, 7 mleko-laktoza, 8 oreščki, 9 listna zelena, 10 gorčično seme, 11 sezamovo seme, 12 žveplov dioksid in sulfidi, 13 volčji bob, 14 mehkužci

OPOMBE: Za žejo imajo otroci vedno na voljo vodo, vodo z naravnim limoninim sokom ali nesladkan čaj. Spodbujamo pitje vode.

Sadno zelenjavno košarico sestavlja mešano sveže sadje in zelenjava (sezonsko sadje, solatni listi, korenček, rumena kolerabica, nadzemna kolerabica), pozimi tudi suho sadje.

Za otroke od 1-3 let je po potrebi priprava jedi prilagojena. Na voljo so različni mlečni zajtrki (1 ovseni kosmiči na 7 mleku, pirin, 1 koruzni, 1 pšenični zdrob, 1 polenta, 7 mlečni 1 riž, ribana 1,3 kaša na 7 mleku, 7 skutna pena..)

V primeru tehničnih težav si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

DOBER TEK!