



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 09.12.2019 DO 13.12.2019

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOSILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1	Koruzni kruh	1,3	Kostna juha z ribano kašo	1	Črna žemlja
		medeni namaz *		segedin golaž*		jabolko
		mleko*		slan krompir*		
TOREK	7	Riž na mleku		Porova kremna juha	7	Kefir naravni
		sadni preliv	1,3	mesni polpeti	12	suhi deteljni
				dušeno sladko zelje *		
			7	pire krompir*		
			zelena solata z radičem			
SREDA	1	Rženi kruh	1,3	Fižolova mineštra	1	Ajdova štručka
		rezine puranjih prsi	7,3,12,1	narastek iz prosene kaše s suhimi slivami	7	pinjenec
		rezine rdeče in rumene paprike		smoothie		
		čaj gozdni sadeži z medom				
ČETRTEK	1	Črni kruh		Ohrovtova kremna juha	1	Pisani kruh
	7	čičerikin namaz		pečen piščanec		sadje
		rezine svežih kumar		mlinci		
		domača limonada brez sladkorja		zelje v solati*		
	SZK	rezine podzemne kolerabice				
PETEK	1	Ržena polnozrnata štručka	1	Blitvina kremna juha s jušnimi kroglicami	1,11	Temen kruh s semeni
	7	naravni jogurt*	3	postrv v koruzni srajčki		sadje
	12	krhlji suhih jabolk		krompirjeva solata* s svežimi kumarami in bučnim oljem		

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!