



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 16.12.2019 DO 20.12.2019

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOŠILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1	Ovsen kruh	7	Kremna juha iz muškatne buče	1	Polnozrnat prepečenec
		tuna v kosih		zelenjavna rižota		pomarančni sadni sok
		rezine rdeče paprike		rdeča pesa v solati		
		čaj z limono				
TOREK	1,7	Pirin zdrob na mleku	7	Česnova kremna juha	7	Sadno žitna kašica
		čokoladno lešnikov posip		piščančji ragu z zelenjavo	1,3,7	keksi obogateni z minerali
	12	suhe brusnice	1,3	rženi svaljki		
				zelena solata z ribanim korenčkom		
SREDA	1	Koruzni kruh	1,3	Goveja juha z rezanci	1	Ajdova štručka
	7	maslo in marelična marmelada		kuhana govedina		pomaranča
	7	mleko		pražen krompir		
				dušeno sladko zelje		
ČETRTEK	1	Črni kruh		Grahova kremna juha	1	Temna kajzerica
	3	jajčno cvrtje	1,3,	polnozrnat rezanci z dimljenim lososom	7	naravni jogurt
		rezine sveže paprike in paradižnika	7,1	v smetanovi omaki		
				motovilec v solati		
PETEK	SZK	Sadni krožnik: ananas, naši, mandarine				
	1	Ržena žemlja		Bujta repa s prosono kašo in svinjino		Smoothie
	7	sirni namaz tamar	1	črni kruh	1,7	krekerji
	1,7	bela kava	1,3,7	marmorni kolač		

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!