



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 23.03.2020 DO 27.03.2020

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOSILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	7	Čokoladne kroglice		Krompirjeva juha	1,7	Grisini
	7	eko mleko		piščančji ragu	7	sir
		banana	1,3	gluhi štruklji		korenček
				zeljna solata s fižolom		
TOREK	7	Graham kruh	1,3	Goveja juha* z jušnimi kroglicami	1	Polnozrnata bombeta
	1	tamar namaz		ekološka govedina*		mandarina
		list zelene solate		pražen krompir z drobnjakom		
		lipov čaj z medom in limono		zelena solata z motovilcem		
SREDA	1	Črna žemljica		Zelenjavna enolončnica z mešanim mesom	1	Ržen kruh
		rezine puranjih prsi	1	kruh	7	skuta
		rezine paprike in paradižnika	1,3	domača rulada z marmelado		
		šipkov čaj		jabolčni kompot		
ČETRTEK	1,8	Ajdov kruh z orehi/brez	7	Cvetačna kremna juha	1	Sadno žitna kašica
	7	sirni krožnik	7	losos v smetanovi omaki		
	1,7	bela kava	1,3	polnozrnati polširoki rezanci		
				zelena solata s koruzo		
PETEK	1	Koruzni kruh	1,3	Prežganka z jajcem	1,7	Pletenica
	7	avokadov namaz	3,1,6	sojini polpeti		jabolko
		rezine svežih kumar	7	kremna špinača		
		bezgov čaj z limono	7	pire krompir		
				domač sadno zelenjavni sok		

Alergeni:

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.

* živilo je lokalnega porekla, * živilo je ekološkega porekla

DOBER TEK!