

JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 02.11.2020 DO 06.11.2020

	ZAJTRK in SZK dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOSILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1	Graham kruh		Ohrovtova juha *	1	Sadno žitna kaša
	7	probiotični jogurt *	1,3	polširoki polnozrnatni rezanci		
		melona	7	sirova omaka		
				zelena solata		
TOREK	1	Koruzna žemlja	7	Cvetačna kremna juha*	1,7	Pisani kruh
		rezine puranjih prsi		dušena teletina* v slivovi omaki		mandarina
		rezine sveže paprike	1,3	ocvrtki		
		šipkov čaj		kitajsko zelje v solati z bučnim oljem		
	SZK	češnjev paradižnik/rezine paradižnika*				
SREDA	1	Črni kruh	7	Brokolijeva kremna juha	1,7	Polnjen rogljiček
	7	namaz iz kisle smetane in skute *	1,3,7	graham špageti z lososom v smetanovi* omaki		sliva
		z mletimi bučnimi emeni		zelena solata* s koruzo		
		kakav				
	SZK	narezan korenček				
ČETRTEK		Pirin zdrob z dodatkom ovsenih kosmičev		Korenčkova kremna juha	1	Ajdov kruh
	8	čokoladno mandeljnov posip		piščančji file v zelenjavni* omaki		banana
	12	suhe slive	1	dušen bulgur		
				rdeča pesa v solati		
	SZK	narezana kolerabica*				
PETEK	1	Ovsen kruh		Šara s svinjskim mesom	1,7	Keksi obogateni z vitamini in minerali
	7,8	čokoladno lešnikov namaz	1	kruh	7	mleko
		planinski čaj z limono	1,3,7	pehtranova potica s skuto		
				domači kompot		
	SZK	hruške				

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.

* Živilo je lokalnega porekla; * živilo je ekološkega porekla 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 pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

DOBER TEK!