

JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 09.11.2020 DO 13.11.2020

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOSILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1	Rženi kruh		Fižolova kremna juha s testeninami	1	Sadno žitna kaša
		rezine piščančjih prsi		zelenjavni polpeti		
		rezine rumene paprike in paradižnika		pire krompir*		
		zeliščni čaj		kremna špinača*		
TOREK	7	Mlečni riž	7	Česnova kremna juha	1,7	Krušno pecivo *
	8	čokoladno lešnikov posip		otroške pačenice		
	12	suhe fige	7	pire krompir*		jabolko
				dušeno kislo zelje*		
	SZK	rezine bučk*				
SREDA	1,7	Polnozrnat rogliček z marmelado		Korenčkova juha* s proseno kašo	1,8	Ajdov kruh z orehi
	7	mleko		golaž iz svinjskega mesa	7	rezine sira
				polenta		
	SZK	banana		rdeča pesa v solati		
ČETRTEK	7	Čičerikin namaz		Kremna zelenjavna juha*	1	Ovseni kruh
	1	črni kruh		piščančji file v naravnih omaki		hruška
		lipov čaj limono		rizi bizi		
	SZK	domač sadno zelenjavni sok		endivija* s krompirjem* in bučnim oljem		
PETEK		Ajdovi žganci		Lečina brezmesna enolončnica z zelenjavo *	1	Graham žemljica
		mleko*	1,3	nadevani cmoki z drobtinicami	7	grški jogurt
	12	suhe brusnice		mešan kompot (hruške,jabolke, slive)		
	SZK	paličice sveže repe				

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

OPO 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.

