

JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 16.11.2020 DO 20.11.2020

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOSILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	11	Kruh s semeni		Zelenjavna juha*	1,7	Masleni polnozrnat piškoti
		rezine kuhanega pršuta		goveji zrezki v naravni omaki	7	mleko
		list zelene solate*	1,3	kruhov cmok		
		čaj s pomarančnim sokom		zelena solata z radičem*		
	SZK	jabolko				
TOREK	7	Prosenka kaša na mleku	7	Kremna juha iz muškatne buče*	1,11	Sezamova štručka
	12	suhe slive		segedin* golaž		hruška
				slan krompir		
			1,7	domač puding s sadnim prelivom		
	SZK	rezine rdeče paprike				
SREDA	1	Ržen kruh		Grahova kremna juha	1	Graham kruh
	3	jajčno* cvrtje z drobnjakom*	1,3	polnozrnat polširoki razanci z dušenim porom in drobljeno skuto		sadje
		rezine paradižnika*		zelena solata z motovilcem*		
		domača limonada				
ČETRTEK	1	Ovseni kruh	1,3	Fižolova kremna juha s testeninami in hrenovko	1,7	Sirova štručka
	7	avokadov namaz	1	kruh		belo grozdje
		rezine svežih kumar	7	sadna solata s smetano		
	7	kakav				
PETEK	TSZ	Koruzni kruh*		Kolerabična kremna juha*	1,7	Sadno žitna kaša
		maslo* , med*	3	file ostriža v koruzni srajčki		
		mleko*	7	pire krompir*		
		jabolko*	7	kremna špinača*		
		Tradicionalni slovenski zajtrk				

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 pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

