

JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 23.11.2020 DO 27.11.2020

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOSILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1	Črni kruh		Koromačeva kremna juha	1	Ovsen kruh
	7	mesno zelenjavni namaz		puranji zrezek v zelenjavni omaki	7	probiotični jogurt
		zelenjavni krožnik*		dušen riž z grahom in korenčkom		
		kamilični čaj z limono		sveže zelje v solati*		
	SZK	kaki				
TOREK	7	Polenta na mleku		Otroški bograč z mešanim mesom	1	Pisani kruh
	12	suhe marelice	1	kruh		slive
			1,3,7	domač sadno zelenjavni sok		
				domače pecivo		
SREDA	1	Koruzni kruh	1,3	Kostna juha z rezanci	1,11	Kruh s semeni
		piščančje prsi		pečen piščanec	7	kefir
		rezine paradižnika		pražen krompir*		
		zeliščni čaj s pomarančnim sokom		rdeča pesa v solati		
	SZK	jabolko				
ČETRTEK	1,8	Ajdov kruh z orehi	7	Porova kremna juha*	1	Graham žemlja
	7	sirni krožnik		paprikaš iz svinjskega mesa		mandarina
		kakav	1,3	rženi svaljki		
				zeleno solata z motovilcem*		
	SZK	rezine korenčka				
PETEK	1	Pirin kruh		Čičerikina kremna juha	1,7	Polnozrnatna presta
	7	ribji namaz	1,3,7	palčinke		jabolko
		rezine svežih kumar		jabolčni kompot		
		domača limonada				

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.

* 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.

