



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 19.10.2020 DO 23.10.2020

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOŠILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1,7	Pisani kruh	1,3	Goveja juha	1	Fit štručka
	1,6,7,8	čokoladno lešnikov namaz	1,3	makatonovo meso		sadje
	7	mleko		zelena solata		
	SZK					
TOREK	1	Polbeli kruh	1	Ješpren	1,7	Polnozrnati girsini
	7	domač slan skutni namaz	1	črni kruh		grozdje
		bezgov čaj	1,3,7	domače pecivo		
	SZK	jabolka				
SREDA	7	Jogurt		Kolerabna juha	1	Črni kruh
	1	ovseni kosmiči	1,3,7	polnozrnati špageti	7	skuta
	12	suhe brusnice		omaka bologneze		
	SZK	sadje		kumaričina solata		
ČETRTEK	1	Črni kruh	1	Špinačna zdrobova juha	7	Grški jogurt
	1,7	kokošja pašteta	1,3	dunajski svinjski zrezek		banana
		planinski čaj z limono		pražen krompir		
		narezan paradižnik		zelena solata		
PETEK	7	Polenta na mleku	7	Brokolijeva juha	1,3,7	Navihanček z nadevom iz
			1,3	ribji file v koruzni srajčki		gozdnih sadežev
	12	suhe slive		slan krompir		voda
		zelenjavna košarica		blitva		
			solata s koruzo			

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.

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!