



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 04.01.2020 DO 08.01.2020

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOŠILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1,7	Mešani kruh		Zelenjavna enolončnica z lečo	1	Polbeli kruh
	4,7	ribji namaz	1	graham kruh	7	pinjenec
		list rdečega radiča	1,3,7	jabolčni zavitek		
		čaj z limono				
	SZK	banana				
TOREK	1	Koruzni kruh		Korenčkova juha	1,7	Slanik (malo slan)
	7	kisla smetana z zelišči	1	puranji golaž		sadje
	7	bela kava	1,3	mali polžki		
				zelena solata z motovilcem		
	SZK	paprika				
SREDA	1	Črni kruh		Kostna juha	1,11	Ovseni kruh
		piščančja pašteta		mleta pečenka v omaki	7	skuta
		zelena solata		ajdova kaša		
		čaj z medom		zelena solata		
	SZK	sadje	3			
ČETRTEK	1,7	Pisan kruh	1,3	Fižolova juha s testeninami	1,7,11	Sezamova štručka
	7	maslo in med	1,3,7	cmoki z jagodnim nadevom		pomaranča
	7	mleko	12	kompot iz suhega sadja		
	SZK	češnjev paradižnik				
PETEK	1,7	Makova štručka		Špinačna juha	1,8	Ajdov kruh z orehi
	7	navadni jogurt		svinjski zrezki v omaki	7	sir
			1,3	široki rezanci		
				zelena solata z rukolo		
	SZK	sadje				

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!