



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 18.01.2020 DO 22.01.2020

	Pirin kruh		KOSILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1	pirin kruh		Enolončnica s piščančjim mesom, krompirjem in zelenjavo	1,7	Buhtelj
	3,7	jajčni namaz	1,3,7	marelične palačinke	7	mleko
		češnjev paradižnik				
		sadni čaj				
TOREK	1	Ržen kruh	7	Ohrovtova juha	1	Ovsena žemlja
	7	avokadov namaz		telečji zrezki		pomaranča
		rezine sveže rdeče paprike	1,3	koruzni svaljki		
		šipkov čaj		endivja z radičem		
	SZK	sadje				
SREDA	1	Ajdov kruh		Goveja juha z zakuho	1,7	Makova štručka
		piščančje prsi		puranji zrezki v naravni omaki	7	grški jogurt
	12	kisle kumare		pečena polenta		
		bezgov čaj		mešana solata		
	SZK	suhe marelice				
ČETRTEK	1	Ovsen kruh	1	Fižolova kremna juha s kroglicami	1	Ajdov kruh
	1,7,8	čokoladno lešnikov namaz		ružota s kuncem		pomaranča
	7	mleko		zelena solata s koruzo		
	SZK	zelenjavni krožnik				
PETEK	1	Črna kajzerica		Zelenjavna juha	1	Fit štručka
	4	tuna v kosih	1,3	ajdovi krapi s hruškami	7	navadni kefir
		paradižnik		kompot		

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!