



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 06.09.2021 DO 10.09.2021

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOŠILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1	Črni kruh	1,3	Paradižnikova juha	1	Temna žemlja
	7	tamar namaz	1,3	polnozrnatni široki rezanci	7	kefir
		listi zelene solate		bolonska omaka		
		šipkov čaj	7	nariban sir		
TOREK				zelena solata z rukolo		
	1	Mešani kruh		Domača goveja juha	1,7	Crispy polnozrnatni kruhki
	7	zelenjavni namaz		kuhana govedina		domač korenjčkov sok
		planinski čaj z limono		dušeno sladko zelje		
SREDA				slan krompir		
	1	Koruzna žemlja	7	Porova kremna juha	1	Ovsena žemlja
	7	navadni jogurt		puranji zrezki v zelenjavni omaki		sadje
				rizi bizi		
ČETRTEK				zelena solata z ribanim korenjem		
	SZK	melona				
	1	Pirin kruh		Piščancja ragu juha	1	Fit štručka
	3,7	jajčni namaz	1,3,7	ajdovi štruklji		grozdje
PETEK		rezine svežih kumar		čežana		
		bezgov čaj z limono				
	SZK	hruška				
		Koruzni žganci		Bučkina kremna juha	1	Pletenica
	mleko	1,3	file morske ribe		sadje	
	suhi jabolčni krljji		pretlačen krompir z blitvo			

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!