



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 20.09.2021 DO 24.09.2021

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOŠILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1	Rženi kruh		Korenčkova juha	1	Polnozrnata štručka
	7	avokadov namaz		puranji paprikaš	7	sir
		kumare	1,3	rženi svaljki		
		limonada		mešana solata (paradižnik, kumare, paprika)		
TOREK	1	Ajdov kruh		Obara s piščancem in zelenjavo	1,3	Krekerji
		pašteta		eko koruzni žganci	7	mleko
		rumena paprika	1,3,7	proseni pogača s slivami		
		melisin čaj				
SREDA	7	Grški jogurt s sadnim podmetom	7	Grahova kremna juha		Sadje
	1	žemlja		mleta pečenka	1	makova štručka
			1,3	široki rezanci		
	SZK	banana	12	rdeča pesa		
ČETRTEK	1	Črni kruh		Ohrovtova juha		Riževi vafli
	7	šunkin namaz		goveji golaž	7	probiotični jogurt
		otroški čaj		polenta		
		rdeča paprika	3	zeleni solata z jajcem		
PETEK	1	Ovsen kruh		Koromačeva kremna juha	1	Ajdova štručka
	4	kosi tune		zelenjavna rižota s telečjim mesom		sadje
		rezine paradižnika		kumaričina solata s krompirjem		
		čaj				
		sadje				

Alergeni: Več o alergeni 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 žveplovi dioksidi in sulfidi, 13 volčji bob, 14 mehkužci

OPOMBE: Za žejno imajo otroci vedno na voljo vodo, vodo z naravnim limoninim sokom ali nesladkan čaj. Spodbujamo pitje vode.

Sadno zelenjavno košarico sestavlja mešana 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!