



JEDILNIK VRTEC ŠENČUR

OD 29.11.2021 DO 03.12.2021

	ZAJTRK in dopoldanska sadno zelenjavna košarica (glej opombe)		KOŠILO		POPOLDANSKA MALICA	
PONEDELJEK	1	Ovsen kruh	3	Prežganka z jajcem	1,11	Sezamova štručka
	7	avakadov namaz	1	cvetačni polpeti v bučkini omaki		100% naravni sok
		kumare	7	pire krompir		
	7	kakav		čežana		
TOREK	1	Pirin kruh	1,7	Grahova juha	1	Ajdova štručka
	4	tuna v kosih		goveji trakci v omaki	7	jogurt
		rezine paprike	1	priloga iz treh žit		
		sadni čaj		rdeča pesa		
	SZK	sadje				
SREDA	1,3,7	Ribana kaša na mleku		Zeljna jota s suhim mesom	1	Koruzna kajzerica
		banana	1	kruh		grozdje
			1,3,7	ledena tortica		
ČETRTEK	1	Polbeli kruh	1,3	Goveja juha z ribano kašo	1,11	Bombeta s semeni
		hrenovka		piščančje krače	7	mleko
	10	gorčica		kus kus z zelenjavo		
		planinski čaj z limono		zelena solata		
PETEK	1	Črna zemlja	7	Česnova juha	1	kruh
	7	sadni kefir		puranja pečenka v zelenjavni omaki		sadje
				koruzni žganci		
	SZK	melona				

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!