

## JEDILNIK ZA MESEC OKTOBER 2020

## VRTEC

DAN	ZAJTRK	KOSILO	KOSILO – 1. STAR. OBDOBJE	POPOLDANSKA MALICA
ČETRTEK 1. 10. 2020	graham kruh (1, 6) domač mesni namaz (7) list zelene solate planinski čaj	brokolijeva juha (1, 7, 9) pleskavica pražen krompir paradižnikova solata	brokolijeva juha (1, 7, 9) pleskavica pražen krompir paradižnikova solata	naravni probiotični jogurt (7)
PETEK 2. 10. 2020	pirin zdrob na nehomogeniziranem mleku (1, 7) cimet ali kakavov posip (1, 6) slive čaj	golaž iz mladega govejega mesa (1, 9) koruzna polenta (1) krhkolistna zelena solata	dušeno mlado goveje meso (1, 9) koruzna polenta (1) krhkolistna zelena solata	hruška
PONEDELJEK 5. 10. 2020	ajdov kruh (1, 6) sirni namaz z lososom (4, 7) rezine eko paprike šipkov čaj z limono	korenjeva juha s proseno kašo (9) testenine polžki z mladim govejim mesom (1, 3, 9) zelena solata	korenjeva juha s proseno kašo (9) testenine polžki z mladim govejim mesom (1, 3, 9) zelena solata	grozdje sirova štručka (1, 7, 6)
TOREK 6. 10. 2020	ovseni kruh (1, 6) maslo (7) cvetlični med bio nehomogenizirano mleko (7)	piščančji paprikaš (1, 7, 9) kruhov cmok (1, 3, 7) zeljna solata s fižolom	piščančji paprikaš (1, 7, 9) kruhov cmok (1, 3, 7) krhkolistna zelena solata	hruška
SREDA 7. 10. 2020	žemlja (1, 6) piščančje prsi v ovitku rezine kumar zeliščni čaj	segedin golaž s svinjskim mesom (1, 9) krompir v kosih puding na nehomogeniziranem mleku (7)	dušene piščančje krače bkk (drobno narezane) (9) krompir v kosih kremna špinača (1, 7, 9) puding na nehomogeniziranem mleku (7)	sadni jogurt brez dodanega sladkorja bio ovseni kosmiči
ČETRTEK 8. 10. 2020	prosena kaša na nehomogeniziranem mleku z rozinami (1, 7) cimet ali kakavov posip (1, 6) sadni čaj	zelenjavna juha (9) piščančji file v ovoju (1, 3) dušen riž (9) paradižnikova solata	zelenjavna juha (9) piščančji file v ovoju (1, 3) dušen riž (9) paradižnikova solata	jabolko
PETEK 9. 10. 2020	mešani rženi kruh (1, 6) pečeno eko jajce por zeliščni čaj	mineštra z zelenjavo in puranjim mesom (1, 9) črni kruh (1, 6) biskvit z lešniki / višnjami (1, 3, 6, 7, 8, 10, 11, 13)	mineštra z zelenjavo in puranjim mesom (1, 9) črni kruh (1, 6) biskvit z lešniki / višnjami (1, 3, 6, 7, 8, 10, 11, 13)	skuta s sadjem brez dodanih sladkorjev (7)

LEGENDA: BKK – brez kosti in kože, BK – brez koščic, ● - živila pridelana po pravilih ekološke pridelave

**ALERGENI** so snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost. Označevanje alergenov je v skladu s tretjim členom Uredbe (EU) št. 169/2011 o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom, ki določa označevanje alergenov v ne predpakiranih živilih. Pri pripravi hrane lahko pride do navzkrižne kontaminacije živil z alergeni.

Alergeni, katere vsebujejo živila, ki so namenjena končnim potrošnikom v obratih javne prehrane, so označeni na jedilnem listu s številkami. Podčrtane številke pomenijo, da živila lahko vsebujejo sledi alergenov.

- |   |  |
|---|--|
| 1 Žita, ki vsebujejo gluten                   | 8 Oreški   |
| 2 Raki in proizvodi iz rakov                  | 9 Listna zelena in proizvodi iz nje  |
| 3 Jajca in proizvodi iz jajc                  | 10 Gorčično seme ali proizvodi iz njega  |
| 4 Ribe in proizvodi iz rib                    | 11 Sezamovo seme ali proizvodi iz njega  |
| 5 Arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov  | 12 Žveplov dioksid ali sulfiti (v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO <sub>2</sub> ) |
| 6 Zrnje soje in proizvodi iz soje             | 13 Volčji bob in proizvodi iz njega  |
| 7 Mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo) | 14 Mehkužci in proizvodi iz njih   |

Dietni obroki se pripravljajo ločeno od ostalih obrokov. Za pripravo dietnih obrokov se uporabljajo dovoljena živila za posamezno vrsto diete. Jedilniki za dietne obroke so objavljeni na oglasni deski v vrtcu.

V ČASU BIVANJA OTRIKA V VRTCU JE VEDNO NA RAZPOLAGO VODA, SADJE IN MANJ SLADKAN ČAJ.

PRIDRŽUJEMO SI PRAVICO DO SPREMEMBE JEDILNIKA!