

## JEDILNIK ZA MESEC OKTOBER 2020

## VRTEC

DAN	ZAJTRK	KOSILO	KOSILO – 1. STAR. OBDOBJE	POPOLDANSKA MALICA
PONEDELJEK 12. 10. 2020	mlečna pletena štručka ( 1, 7, 6) maslo ( 7 ) mleko s ponudbo kakava ( 6,7) zeliščni čaj	ohrovtova enolončnica s puranjim mesom ( 1, 9) črni kruh ( 1) pita ( 1, 3, 6, 7, 8, 11 )	ohrovtova enolončnica s puranjim mesom ( 1, 9) črni kruh ( 1) pita ( 1, 3, 6, 7, 8, 11 )	grozdje ajdov kruh z orehi ( 1, 6, 8 )
TOREK 13. 10. 2020	bio riž na bio mleku ( 7 ) cimet ali kakavov posip ( 1, 6 ) šipkov čaj	cvetačna juha ( 7, 9 ) pečen puranji file ( 9 ) pire krompir ( 7 ) kremna špinača ( 1, 7, 9 )	cvetačna juha ( 7, 9 ) pečen puranji file ( 9 ) pire krompir ( 7 ) kremna špinača ( 1, 7, 9 )	mandarina
SREDA 14. 10. 2020	graham žemlja ( 1, 6 ) rezina šunke v ovitku rezine bio paprike bezgov čaj	bučna kremna juha iz hokaido buče ( 9 ) testenine drobni metuljčki s polenovko in paradižnikom na oljčnem olju ( 1, 3, 4, 9 ) krhkolistna zelena solata	bučna kremna juha iz hokaido buče ( 9 ) testenine drobni metuljčki s polenovko in paradižnikom na oljčnem olju ( 1, 3, 4, 9 ) krhkolistna zelena solata	bio jogurt ( 7 )
ČETRTEK 15. 10. 2020	ovseni kruh ( 1 ) sirni namaz s tuno ( 4, 7 ) olive brez koščic sadni čaj	kostna goveja juha z rezanci ( 1, 3, 9 ) piščančji file po dunajsko ( 1, 3 ) pečen krompir rdeča pesa	kostna goveja juha z rezanci ( 1, 3, 9 ) piščančji file po dunajsko ( 1, 3 ) pečen krompir rdeča pesa	hruška
PETEK 16. 10. 2020	orehova potička ( 1, 3, 6, 7, 8, 11 ) mleko ( 7 ) čaj jasli mlečna banana ( 1, 6, 7 )	kolerabna juha ( 7, 9 ) pečen svinjski file dušena BIO ajdova kaša ( 9 ) zeljna solata z nerafiniranim sončničnim in bučnim oljem	kolerabna juha ( 7, 9 ) pečen svinjski file dušen riž ( 9 ) krhkolistna zelena solata z nerafiniranim sončničnim in bučnim oljem	banana
PONEDELJEK 19. 10. 2020	jelenov polnozrnat kruh ( 1 ) rezina poltrdega sira ( 7 ) na kolobarje narezan korenček sadni čaj	dušeno bio kislo zelje ( 9 ) pečenica pražen krompir jabolčni zavitek ( 1 )	dušene bučke ( 1, 7, 9 ) dušen piščančji file pražen krompir jabolčni zavitek ( 1 )	sadni jogurt brez dodanega sladkorja ( 7 )
TOREK 20. 10. 2020	mešani koruzni kruh ( 1 ) eko lešnikova krema ( 7, 8 ) ali maslo ( 7 ) nehomogenizirano mleko ( 7 ) planinski čaj	kostna juha z zakuho ( 1, 3, 9 ) pečene piščančje krače mlinci ( 1, 3 ) kitajsko zelje v solati	kostna juha z zakuho ( 1, 3, 9 ) pečene piščančje krače mlinci ( 1, 3 ) kitajsko zelje v solati	hruška
SREDA 21. 10. 2020	stoletni kruh ( 1, 6, 11 ) sirni namaz z zelišči ( 7 ) šopkov čaj	mesne kroglice z mladim govejim in svinjskim mesom v paradižnikovi omaki s papriko ( 1, 9 ) pire krompir ( 7 ) zelena solata	mesne kroglice z mladim govejim in svinjskim mesom v paradižnikovi omaki s papriko ( 1, 9 ) pire krompir ( 7 ) zelena solata	mandarina
ČETRTEK 22. 10. 2020	bio prosena kaša na mleku ( 1, 7 ) suhe slive bk čaj	zelenjavna juha ( 9 ) testenine špageti ( 1, 3 ) bolonjska omaka ( 1, 9 ) endivija in rdeči radič v solati	zelenjavna juha ( 9 ) drobne testenine metuljčki ( 1, 3 ) bolonjska omaka ( 1, 9 ) krhkolistna zelena solata	jabolko
PETEK 23. 10. 2020	črna žemlja ( 1 ) piščančje prsi v ovitku rezine paradižnika šipkov čaj	obara s telečjim mesom, zelenjavo in žličniki ( 1, 3, 9 ) črni kruh ( 1 ) kostanjeva rezina ( 1, 3, 6, 7, 8, 11 )	obara s telečjim mesom, zelenjavo in žličniki ( 1, 3, 9 ) črni kruh ( 1 ) kostanjeva rezina ( 1, 3, 6, 7, 8, 11 )	skuta s sadjem brez dodanih sladkorjev ( 7 )
PONEDELJEK 26. 10. 2020	makova štručka ( 1, 6, 7 ) maslo ( 7 ) kakav ( 1, 6, 7 ) čaj	puranji file narezan na trakce v omaki ( 9 ) svaljki ( 1 ) zelena solata z ribanim korenjem	puranji file narezan na trakce v omaki ( 9 ) svaljki ( 1 ) zelena solata z ribanim korenjem	mandarina
TOREK 27. 10. 2020	mešani rženi kruh ( 1 ) hrenovka gorčica ( 10 ) čaj	krompirjev golaž s telečjim mesom in zelenjavo ( 9 ) rulada z marmelado ( 1, 3 ) 100% jabolčni sok	krompirjev golaž s telečjim mesom in zelenjavo ( 9 ) rulada z marmelado ( 1, 3 ) 100% jabolčni sok	naravni probiotični jogurt ( 7 ) fit kraljeva štručka ( 1 )
SREDA 28. 10. 2020	sirova štručka ( 1, 7, 6 ) bela žitna kava ( 1, 7 ) zeliščni čaj	porova juha ( 9 ) rižota s trmi žiti, piščančjim mesom in zelenjavo ( 1, 9 ) bio rdeča pesa	porova juha ( 9 ) rižota s trmi žiti, piščančjim mesom in zelenjavo ( 1, 9 ) bio rdeča pesa	jabolko
ČETRTEK 29. 10. 2020	ribana kaša na mleku ( 1, 3, 7 ) čokoladni posip ( 6 ) čaj	bučna juha iz hokaido buče ( 7, 9 ) piščančje krače v ovoju iz konvektomata ( 1, 3 ) zelenjava na maslu ( 7 )	bučna juha iz hokaido buče ( 7, 9 ) piščančje krače v ovoju iz konvektomata ( 1, 3 ) zelenjava na maslu ( 7 )	banana
PETEK 30. 10. 2020	ovseni kruh ( 1 ) kisla smetana ( 7 ) bio jagodna marmelada bezgov čaj	tortelini s skuto ( 1, 3, 7 ) pehtranova omaka ( 1, 7, 9 ) zelena solata z jajcem	tortelini s skuto ( 1, 3, 7 ) pehtranova omaka ( 1, 7, 9 ) zelena solata z jajcem	grški jogurt ( 7 )

LEGENDA: BKK – brez kosti in kože, BK – brez koščic, ZGP – zaščiteno geografsko poreklo, -  - 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 Žveplovi dioksidi 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, SADIJE IN MANJ SLADKAN ČAJ.

PRIDRŽUJEMO SI PRAVICO DO SPREMEMBE JEDILNIKA!