



JEDILNIK ZA MESEC OKTOBER 2024

VRTEC

DAN	ZAJTRK	KOSILO	KOSILO – 1. STAR. OBDOBJE	POPOLDANSKA MALICA
PONEDELJEK 14.10.2024	mešani rženi kruh (1 ^{a,b}) kisla smetana (7) med mleko (7) čaj	segedin (1 ^{a,9}) koruzna polenta (1 ^a) gibanica s skutno kostanjevim nadevom (1 ^{a,3,7})	piščančji paprikaš (1 ^{a,7,9}) koruzna polenta (1 ^a) gibanica s skutno kostanjevim nadevom (1 ^{a,3,7})	mandarina zrnata štručka (1 ^{a,6,11})
TOREK 15.10.2024	mlečni kvašen rogljič iz polnovredne moke z marelično marmelado (1 ^{a,3,7}) bela žitna kava (1 ^{c,7}) čaj	kostna juha z zakuho (1 ^{a,3,9}) pečena piščančja nabodala dušen riž tri žita (1 ^{a,c,9}) kitajsko zelje v solati	kostna juha z zakuho (1 ^{a,3,9}) pečena piščančja nabodala dušen riž tri žita (1 ^{a,c,9}) kitajsko zelje v solati	hruška pirin kruh z manj soli (1 ^a)
SREDA 16.10.2024	ribana kaša na nehomogeniziranem mleku (1 ^{a,3,7}) cimet ali kakavov posip (6) čaj	mesne kroglice z mladim govejim in piščančjim mesom v paradižnikovi omaki s papriko in rdečo lečo (1 ^{a,9}) pire krompir (7) zelena solata	mesne kroglice z mladim govejim in piščančjim mesom v paradižnikovi omaki s papriko in rdečo lečo (1 ^{a,9}) pire krompir (7) zelena solata	slive ananas koruzno pekovsko pecivo z manj soli (1 ^a)
ČETRTEK 17.10.2024	bio koruzna bombetka (1 ^a) piščančje pečene prsi paradižnik šipkov čaj	skutni tortelini (1 ^{a,3,7,9,6}) šampinjoni v omaki (1 ^{a,7,9}) endivija in radič v solati s fižolom	skutni tortelini (1 ^{a,3,7,9,6}) šampinjoni v omaki (1 ^{a,7,9}) endivija in radič v solati s fižolom	bio sadni jogurt (7) črni kruh (1 ^a)
PETEK 18.10.2024	mlečna pletena štručka (1 ^{a,7}) maslo (7) mleko (7) čaj	bučna juha iz hokaido buče (7,9) kapski file v ovoju (1 ^{a,3,4}) krompirjeva solata s papriko in čebulo	bučna juha iz hokaido buče (7,9) kapski file v ovoju (1 ^{a,3,4}) krompir v kosih z zeliščnim maslom (7) bio rdeča pesa	bio banana
PONEDELJEK 21.10.2024	bio koruzni kruh (1 ^a) slivova marmelada bio mleko (7) čaj	krompirjev golaž s telečjim mesom in zelenjavo (1 ^{a,9}) črni kruh (1 ^a) mandarina	krompirjev golaž s telečjim mesom in zelenjavo (1 ^{a,9}) črni kruh (1 ^a) mandarina	pšenično polnozrn. pek. pecivo z manj soli (1 ^a) mladi sir (7) paradižnik
TOREK 22.10.2024	zrnata štručka (1 ^{a,6,11}) hrenovka gorčica (10) planinski čaj	cvetačna juha (7,9) rižota iz treh žit z lososom in grahom (1 ^{a,c,9}) endivija v solati	cvetačna juha (7,9) rižota iz treh žit z lososom in grahom (1 ^{a,c,9}) endivija v solati	skuta s sadjem brez dodanega sladkorja (7)
SREDA 23.10.2024	graham bombetka (1 ^a) rezina poltrdega sira (7) rezina paprike planinski čaj	ohrovtova juha (9) pečen svinjski file dušena ajdova kaša (9) zeljna solata	ohrovtova juha (9) pečen svinjski file dušena ajdova kaša (9) zeljna solata	hruška lešniki (8 ^b) za jasli drobno nasekljani
ČETRTEK 24.10.2024	mešani rženi kruh (1 ^{a,b,7}) skutni namaz z zelišči (7) čičerikin namaz korenje narezano na kolobarje zeliščni čaj	porova juha (9) piščančje krače v ovoju iz konvektomata (1 ^{a,3}) pražen krompir kitajsko zelje v solati	porova juha (9) piščančje krače v ovoju iz konvektomata (1 ^{a,3}) pražen krompir kitajsko zelje v solati	grozdje jabolko črni kruh (1 ^a)
PETEK 25.10.2024	riž na bio mleku (7) cimet ali kakavov posip s 30 % manj sladkorja (6)	obara s puranjim mesom, zelenjavo in žličniki iz polnozrnate moke (1 ^{a,3,9}) črni kruh (1 ^{a,6}) mafin iz polnoz. moke in borovnicami (1 ^{a,3,7})	obara s puranjim mesom, zelenjavo in žličniki iz polnozrnate moke (1 ^{a,3,9}) črni kruh (1 ^{a,6}) mafin iz polnoz. moke in borovnicami (1 ^{a,3,7})	banana
PONEDELJEK 28.10.2024	sirova štručka (1 ^{a,7,6}) šipkov čaj	smetanova juha s proseno kašo (1 ^{a,7,9}) rižota s piščančjim mesom in zelenjavo (9) eko rdeča pesa	smetanova juha s proseno kašo (1 ^{a,7,9}) rižota s piščančjim mesom in zelenjavo (9) eko rdeča pesa	bio jabolko orehi (8 ^c) mešani rženi kruh (1 ^{a,b})
TOREK 29.10.2024	črni kruh (1 ^a) pečena umešana eko kokošja jajca (3) bezgov čaj	zelenjavna juha (9) testenine špageti beli in polnozrnati (1 ^{a,3}) bolonjska omaka iz govejega in piščančjega mesa (1 ^{a,9}) zelena solata	zelenjavna juha (9) testenine drobni metuljčki (1 ^{a,3}) bolonjska omaka iz govejega in piščančjega mesa (1 ^{a,9}) zelena solata	naravni probiotični jogurt (7) črni kruh z manj soli (1 ^a)
SREDA 30.10.2024	graham žemlja (1 ^a) kuhan pršut vložena kumara sadni čaj	sojin polpet (1 ^{a,6}) pire krompir (7) kremna špinača (1 ^{a,7,9}) sadna solata iz svežega sadja	sojin polpet (1 ^{a,6}) pire krompir (7) kremna špinača (1 ^{a,7,9}) sadna solata iz svežega sadja	grški jogurt (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 Žveplovi dioksidi ali sulfiti (v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO ₂) |
| 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.