

JEDILNIK- VRTEC

28. 10. – 30. 10. 2019

	ZAJTRK *	DOP. MALICA *	KOŠILO	POP. MALICA
PONEDELJEK	rženi kruh (G), sveže kumare, rezina puranje šunke, planinski čaj	suho sadje/ sadni smuti	korenčkova juha z zdrobom (G), široki rezanci, mesno-zelenjavna omaka, zeljna solata	rženi kruh (G), kefir (ML)
TOREK	mlečni zdrob s kakavovim posipom (ML, G)	jabolko	ohrovtova juha s krompirjem in hrenovko, palačinke z marmelado (ML, G, J), sok	makova štručka (G, ML), čaj
SREDA	polnozrnata graham žemlja (G), sveže korenje, kuhano jajce (J)	hruška	juha z rezanci (G, J), govedina, pražen krompir, solata endivija, kompot	jabolko, kajzerica (G)
ČETRTEK	DRŽAVNI PRAZNIK			
PETEK	DRŽAVNI PRAZNIK			

*ZAJTRK IN DOPOLDANSKA MALICA – VRTEC

V šolski samopostrežni malici je vsakodnevno ponujeno: kruh (ajdov, črni, polnozrnati, koruzni, rženi, ovseni ali beli-največ 1x tedensko), namazi (sirov, med, maslo, marmelada, ribji namaz-1 x mesečno), ribe, sir, jogurt, sveža zelenjava in sadje, čaj/mleko/bela kava

1.STAROSTNA SKUPINA

Zaradi različnega časa dostave živil, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

Alergeni legenda: S-sezam, GS-gorčično seme, G-gluten, J-jajca, A-arašidi, RI-ribe, RA-raki, SO-soja, ML- mlečni proizvodi, O-oreščki, LZ-listna zelena, SO₂-žveplov dioksid, VB-volčji bob, M-mehkužci

JEDILNIK 4. 11. – 8. 11. 2019

	ZAJTRK *	MALICA	DOP. MALICA*	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK	črni kruh (G), kisle kumare, pašteta, planinski čaj/ mleko, koruzni kosmiči	samopostrežna/ beli kruh (G), sveže kumare, rezina puranje šunke, čaj	klementine	korenčkova juha z zdrobom (G), sirovi tortelini/polžki s paradižnikovo omako (ML, G, J), kitajsko zelje s koruzo	kivi, polnozrnati piškoti (G, J)
TOREK	pica (ML, G), lipov čaj/mlečni močnik (ML; G, J)	pica (ML, G), lipov čaj/koruzni kruh, lipov čaj, margarina, med	banana	juha z zakuho (G, J), pire krompir (ML), pečen postrvji file v koruzni skorjici (RI)/ribje palčke /G, ML; RI, J)- vrtec, tržaška omaka, limona, zelena solata	grozdje, grisini (G)
SREDA	ovseni kruh, sir (ML), sveža paprika, zeliščni čaj	samopostrežna/ koruzni kruh (G), marmelada, margarina, čaj	jabolko/ sadni smuti	pasulj z manj prekajenim mesom (VB, G, LZ)/fižolova juha (VB, G, LZ), panakota s sadnim prelivom (ML, G)/ dietni piškoti (SO), sok	rženi kruh (G), korenje
ČETRTEK	mlečni riž s kakavovim posipom (ML)	samopostrežna/ mlečni riž s kakavovim posipom (ML)/ koruzni kosmiči, rižjevo mleko, sadje	mandarina	bučna (hokaido) kremna juha (ML, G), goveji file stroganov (G)/zelenjavna omaka, riž, mešana solata	jogurt (ML), banana
PETEK	sirova/sezamova štručka (ML, G), kakav	sirova/sezamova štručka (ML, G), kakav (ML)/ovseno mleko	suho sadje (SO ₂)/sadni smuti	zelenjavna mineštra z žličniki (G, J), rižev narastek (G, J, ML)/rižev desert, sok	mandarina, žitna ploščica (G, ML)

*ZAJTRK IN DOPOLDANSKA MALICA – VRTEC

SHEMA SREDA: JABOLKO, JOGURT

V šolski samopostrežni malici je vsakodnevno ponujeno: kruh (ajdov, črni, polnozrnati, koruzni, rženi, ovseni ali beli-največ 1x tedensko), namazi (sirov, med, maslo, marmelada, ribji namaz-1 x mesečno), ribe, sir, jogurt, sveža zelenjava in sadje, čaj/mleko/bela kava

[/DIETA BREZ MESA/](#) [DIETA BREZ MLEKA/1. starostna skupina](#)

Zaradi različnega časa dostave živil, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

Alergeni legenda: S-sezam, GS-gorčično seme, G-gluten, J-jajca, A-arašidi, RI-ribe, RA-raki, SO-soja, ML- mlečni proizvodi, O-oreščki, LZ-listna zelena, SO₂-žveplov dioksid, VB-volčji bob, M-mehkužci

Jedilnik sestavila vodja šolske prehrane: Maja Haler

JEDILNIK 11. 11. – 15. 11. 2019

	ZAJTRK *	MALICA	DOP. MALICA*	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK	polnozrnati kruh (G), kuhan pršut, sveže korenje	samopostrežna/ polnozrnati kruh (G), kuhan pršut, sveže korenje	jabolko	cvetačna kremna juha (ML, G), puranji zrezek v naravni omaki (ML0) /zelenjavna omaka, kus kus (G), rdeča pesa	banana, prepečenec (G)
TOREK	polnozrnati kruh, ribji namaz (ML, RI), rukola, sadni čaj	samopostrežna/ polnozrnati kruh, ribji namaz (ML, RI), rukola, sadni čaj /ribe v oljčnem olju (RI)	kivi/sadni smuti	goveja juha z zakuho (J, G), pečen piščanec/pečena vegi hrenovka (SO, J), mlinci (G, J), dušeno rdeče zelje	jabolko, grisini (G), čaj
SREDA	ovseni kosmiči kuhani v mleku s kakavovim posipom (ML, G)	samopostrežna/ ajdov kruh (G), čokoladni namaz, bezgov čaj	hruška	ričet z manj prekajenim mesom (G, LZ)/ričet brez mesa (G; LZ), jabolčni zavitek (G), sok	Navadni jogurt (ML), sezonsko sadje
ČETRTEK	ovseni kruh (G), sadni kefir (ML)	samopostrežna/ koruzni kosmiči, riževo mleko, sadje	grozdje sadni smuti	juha z zakuho (J, G, LZ), kislata repa, matevž (ML), pečena piščančja hrenovka (ML; G), kompot	vanilija kaki, polnozrnati piškoti (G, J, ML)
PETEK	Tradicionalni slovenski zajtrk: polnozrnati kruh (G), maslo (ML), med, mleko (ML)	Tradicionalni slovenski zajtrk: polnozrnati kruh (G), maslo (ML)/margarina, med, lešnikovo mleko (ML)*	mandarine, sadni jogurt (ML)-šola	juha z rezanci (G, J), polnozrnati špageti z bolonjsko /zelenjavno omako (G, J), zeljna solata s fižolom (VB)	hruška, koruzni oblati, čaj

***ZAJTRK IN DOPOLDANSKA MALICA – VRTEC (petek tudi šola)**

SHEMA: JABOLKO, MLEKO

V šolski samopostrežni malici je vsakodnevno ponujeno: kruh (ajdov, črni, polnozrnati, koruzni, rženi, ovensi ali beli-največ 1x tedensko), namazi (sirov, med, maslo, marmelada, ribji namaz-1 x mesečno), ribe, sir, jogurt, sveža zelenjava in sadje, čaj/mleko/bela kava

[/DIETA BREZ MESA/](#) [DIETA BREZ MLEKA/1.starostna skupina](#)

Zaradi različnega časa dostave živil, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

Alergeni legenda: S-sezam, GS-gorčično seme, G-gluten, J-jajca, A-arašidi, RI-ribe, RA-raki, SO-soja, ML- mlečni proizvodi, O-oreščki, LZ-listna zelena, SO₂-žveplov dioksid, VB-volčji bob, M-mehkužci

Jedilnik sestavila vodja šolske prehrane: Maja Haler

JEDILNIK 18. 11. – 22. 11. 2019

	ZAJTRK *	MALICA	DOP. MALICA*	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK	ajdov kruh (G), rezina sira (ML), kisle kumarice, sadni čaj	samopostrežna/ ajdov kruh (G), rezina suhe salame (ML), kisle kumarice, sadni čaj	grozdje/ sadni smuti	kostna juha z zakuho (J, G; LZ), piščančji zrezek po dunajsko (G, J)/pečena vegi hrenovka (SO, J), rizi bizi (VB), rdeča pesa	oreščki (O), hruška
TOREK	rženi kruh (G), ribe v oljčnem olju (RI), sveže korenje, zeliščni čaj/mlečni zdrob s kakavovim posipom (ML, G)	samopostrežna/ rženi kruh (G), ribe v oljčnem olju (RI), paradižnik, zeliščni čaj	jabolko	juha z zakuho (G, J), čufti v paradižnikovi omaki (LZ, G, J)/pečeno jajce na oko (J), pire krompir (ML), zelena solata	sirova štručka (ML, G), čaj
SREDA	koruzni kosmiči, mleko (ML)	samopostrežna/ koruzni kosmiči, riževno mleko	banana	telečja obara z žličniki (LZ, G, J)/zelenjavna obara z žličniki (G, J; LZ), sirovi štruklji z drobtinami (G, ML; J)/sojin desert (SO), sok	suho sadje (SO2), kajzerica (G)
ČETRTEK	francoski rogljič z marmelado (ML; G; J), lipov čaj	francoski rogljič z marmelado (ML; G; J), lipov čaj /rogljič z marmelado (G), lipov čaj	kivi/sadni smuti	juha z zakuho (G, J), kuhan krompir, blanširana blitva (ML), pečen losos (RI), tržaška omaka, limona, zelena solata	mandarina, grisini (G)
PETEK	polnozrnati kruh, skuta s kislom smetano (ML), rezina paprike, planinski čaj	samopostrežna/ polnozrnati kruh, zelenjavna pašteta, rezina paprike, planinski čaj	jabolko	kostna juha z zakuho (G, J), špinačni rezanci (G, J), smetanova/paradižnikova omaka (ML, G), mešana solata, kompot	sadni jogurt z manj sladkorja (ML)

*ZAJTRK IN DOPOLDANSKA MALICA – VRTEC

SHEMA: JABOLKO, MLEKO

V šolski samopostrežni malici je vsakodnevno ponujeno: kruh (ajdov, črni, polnozrnati, koruzni, rženi, ovseni ali beli-največ 1x tedensko), namazi (sirov, med, maslo, marmelada, ribji namaz-1 x mesečno), ribe, sir, jogurt, sveža zelenjava in sadje, čaj/mleko/bela kava

[/DIETA BREZ MESA/](#) [DIETA BREZ MLEKA/1.STAROSTNA SKUPINA](#)

Zaradi različnega časa dostave živil, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

Alergeni legenda: S-sezam, GS-gorčično seme, G-gluten, J-jajca, A-arašidi, RI-ribe, RA-raki, SO-soja, ML- mlečni proizvodi, O-oreščki, LZ-listna zelena, SO₂-žveplov dioksid, VB-volčji bob, M-mehkužci

JEDILNIK 25. 11. – 29. 11. 2019

	ZAJTRK *	MALICA	DOP. MALICA*	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK	ovseni kruh (G), sirni namaz (ML), suhe slive, bezgov čaj	samopostrežna/ ovseni kruh (G), čokoladni namaz, bezgov čaj, sadje	hruška	zelenjavna juha s tremi žiti (G), carski praženec (ML; J; G), sok/rižev desert	grozdje, prepečenec (G)
TOREK	koruzni kruh (G), kuhana hrenovka, gorčica, ajvar , planinski čaj	samopostrežna/ koruzni kruh (G), kuhana hrenovka, gorčica, ajvar , planinski čaj	ananas/ sadni smuti	juha z zakuho (G, J), puranji zrezek v naravni omaki/vegi burger (SO), pečen krompir, radič štrucar s koruzo	jabolko, grisini (ML, G), čaj
SREDA	polnozrnata štručka (G), kuhano jajce (J), sadni čaj /mlečni riž, kakavov posip (ML)	samopostrežna/ makova štručka (ML), lešnikovo mleko, jabolko	vanilija kaki	kostna juha z zakuho (J, G), makaronovo meso(J, G)/testenine s tuno (RI), parmezan (ML), solata endivija s fižolom (VB)	mlečna štručka (G, ML), čaj
ČETRTEK	polnozrnati kruh (G), maslo (ML), marmelada, kamilični čaj	samopostrežna/ polnozrnati kruh (G), margarina, marmelada, kamilični čaj	kivi	kostna juha z zakuho (G, J), goveji golaž (LZ)/gobova omaka, zdrobovi cmoki (J; G), zelena solata	grozdje, riževi oblati
PETEK	čokolešnik (ML, G)	samopostrežna /čokolešnik s sojinim mlekom (G)	jabolko	kostna juha z zakuho (J, G), rižota s piščančjim mesom in zelenjavo/zelenjavna rižota, mešana solata	banana

***ZAJTRK IN DOPOLDANSKA MALICA – VRTEC SHEMA: JABOLKO, MLEKO**

V šolski samopostrežni malici je vsakodnevno ponujeno: kruh (ajdov, črni, polnozrnati, koruzni, rženi, ovseni ali beli-največ 1x tedensko), namazi (sirov, med, maslo, marmelada, ribji namaz-1 x mesečno), ribe, sir, jogurt, sveža zelenjava in sadje, čaj/mleko/bela kava

[/DIETA BREZ MESA/](#) [DIETA BREZ MLEKA/1.starostna skupina](#)

Zaradi različnega časa dostave živil, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

Alergeni legenda: S-sezam, GS-gorčično seme, G-gluten, J-jajca, A-arašidi, RI-ribe, RA-raki, SO-soja, ML- mlečni proizvodi, O-oreščki, LZ-listna zelena, SO₂-žveplov dioksid, VB-volčji bob, M-mehkužci

Jedilnik sestavila vodja šolske prehrane: Maja Haler