



JEDILNIK JUNIJ 2021

DAN	MALICA	VSEBUJE ALERGENE	KOSILO	VSEBUJE ALERGENE	Malica za otroke vrtca
P – 31.5.	Bela kava, rženi kruh, sirni namaz, paradižnik Vrtec: mleko ali čaj	1RŽ, 1PŠ, 7	Juha, zelenjavna rižota, rdeča pesa	7, 10	Sadje
T – 1.6.	Čaj, ovseni kruh, piščančja prsa, kumarice Vrtec: mleko ali čaj	1OV, 1PŠ, 6, 10	Špargljeva juha, polnozrnati špageti po bolonjsko, zelena solata	1PŠ, 3, 7	Jogurt, kruh 1PŠ, 7
S – 2.6.	Mleko, pisani kruh, maslo, med, sadje Vrtec: mleko ali čaj	1PŠ, 6, 7	Piščančji paprikaš, široki rezanci, zelena solata, sladoled	1PŠ, 3, 7	Keksi, mleko 1PŠ, 7
Č – 3.6.	Kefir, polnjen rogljiček, jagode Vrtec: mleko ali čaj	1PŠ, 6, 7	Brokolijeva juha, zrezki v naravni omaki, kus kus, zelena solata z jajcem	1PŠ, 7	Banana
P – 4.6.	Mlečni riž s čokoladnim posipom, sadje Vrtec: mleko ali čaj	6, 7	Zelenjavna juha s kroglicami, pečena riba, krompirjeva solata s porom, sladoled Vrtec najmlajši: zelenjavna omaka s krompirjem	1PŠ, 3, 4, 7	Keksi, sok 1PŠ
P – 7.6.	Zeliščni čaj, kruh Gustav s semeni, tunin namaz, paprika Vrtec: mleko ali čaj	1PŠ, 1RŽ, 4, 7, 11	Porova juha, lasanja z mesom, mešana solata z mladim zeljem	1PŠ, 3, 7	Kruh, mleko 1PŠ, 7
T – 8.6.	Lipov čaj, pirin kruh, rezina mozzarele, paradižnik Vrtec: mleko ali čaj	1PI, 1RŽ, 6, 7	Kostna juha s kašico, svinjska pečenka, riž, zelena solata	1PŠ, 3	Sadje
S – 9.6.	Mleko, polenta*, sadje Vrtec: mleko ali čaj	7	Fižolova juha z ribano kašo, hrenovka v testu, mešana solata, sladoled Vrtec najmlajši: kuhana hrenovka v omaki	1PŠ, 3, 7	Banana
Č – 10.6.	Kakav, čokoladni namaz, rženi kruh, sadje Vrtec: mleko ali čaj	1RŽ, 1PŠ, 7	Juha z rezanci, pečene piščančje krače, mlinci, zelena solata Vrtec najmlajši: kuhano piščančje meso	1PŠ, 3	Keksi, mleko 1PŠ, 7
P – 11.6.	Zajtrk za vse: TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK* Kruh, maslo, med, jabolko in mleko*   				
	Malica za vse: sadni kefir, polnozrnati keksi	1PŠ, R, 7	Kremna špinača, pire krompir, kuhano jajce, čokoladno pecivo	1PŠ, 3, 7	Mešano sadje
P – 14.6.	Sadni čaj, ovseni kruh, šunka v ovitku, kumarice Vrtec: mleko ali čaj	1PŠ, 1OV, 10	Grahova juha, puranji trakci v smetanovi omaki, njoki, zelena solata	1PŠ, 3, 7	Puding, kruh 1PŠ, 7
T – 15.6.	čaj, kruh Gustav koruzni, kislá smetana, marmelada, sadje Vrtec: mleko ali čaj	1PŠ, 7	Segedin zelje, polenta*, skuta s sadjem	1PŠ, 7	Mleko, kruh 1PŠ, 7
S – 16.6.	Jogurt, francoski rogljiček z marmelado Vrtec: mleko ali čaj	1, 7	Čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, pecivo, sok Vrtec najmlajši: juha	1, 3, 7	Sadje
Č – 17.6.	Polnozrnata žemljica, sadni kefir Vrtec: mleko ali čaj	1, 7	Korenčkova juha, piščančje nabodalo, pomfri, mešana solata Vrtec najmlajši: kuhan krompir v kosu	3	Banana
P – 18.6.	Mlečni močnik, sadje Vrtec: mleko ali čaj	1, 3, 7	Ribja rižota, kumarična solata, breskova pita Vrtec: juha	1PŠ, 3, 4, 7	Sadje

P – 21.6.	Čaj, sendvič s šunko, kumarice Vrtec: čokolino, mleko in čaj	1,6,10	Krompirjeva omaka s kumaricami, piščančja hrenovka, pecivo Vrtec najmlajši: juha	1,3,7,9	Puding
T – 22.6.	Jogurt, kosmiči, sadje Vrtec: mleko ali čaj	7	Špargljeva juha, musaka z mletim mesom, zelena solata s korenčkom, sadje	1PŠ	Sadni jogurt 7
S – 23.6.	Carski praženec, marmelada, limonada Vrtec: mleko ali čaj	1PŠ, 3,7	Brokolijeva juha, ocvrti piščančji trakci s semeni, zelenjavni riž, sladoled	1PŠ,3,11, 7,	Sadje
Č – 24.6.	ZADNJI ŠOLSKI DAN Vrtec: mlečni zdrob, čokoladni posip, sadje Vrtec: mleko ali čaj	6,7	HAMBURGER, SOK, SLADOLED Vrtec: juha, testenine s tuno, solata, napitek	1PŠ,7,3	Banana

JUHUHU, POČITNICE SO TU!

JEDILNIK ZA OTROKE VRTCA:

P – 28.6.	Planinski čaj in mleko, kruh iz kmečke peči, lečin namaz, paprika	1RŽ,1P Š,7	Piščančja obara z žličniki, kruh, jabolčna pita, limonada	1PŠ,3,7	Mešano sadje, kruh
T – 29.6.	Mleko in čaj, ajdov kruh, maslo z medom, breskev	1PŠ,1J, 7	Paradižnikova juha z zvezdicami, rižota z mesom in zelenjavo, rdeča pesa, napitek	1PŠ,3,1 0	Marelice
S – 30.6.	Mlečni močnik, sadje Čaj	1,3,7	Juha, dušena ajdova kaša z mesom in zelenjavo, mlado zelje v solati, napitek	7	Jogurt

Kot napitek nudimo: čaj, vodo, razredčen 100 % sadni sok ali 100 % sadni sirup brez dodanega sladkorja. Blagovne znamke pekovskih izdelkov so z manj soli in aditivov, katerim se tudi sicer v prehrani otrok izogibamo. V vseh jedeh smo ukinili ali vsaj razpolovili količino dodanega sladkorja. Izogibamo se izdelkom iz prečiščenih živil (bela moka, bel riž...) in uvajamo čim več polnovrednih domačih jedi iz lokalno pridelanih živil, prisluhnemo pa tudi željam otrok. Navedbe alergenov v jedilniku ne vključujejo navedb alergenov v sledovih in možnih navzkrižnih kontaminacij. (*) v jedi je uporabljeno ekološko živilo. Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano.

Legenda alergenov v jedilniku:

1 žito, ki vsebuje gluten (PŠ-pšenica, R-rž, J-ječmen, OV-oves, PI-pira), 2-raki, 3-jajca, 4-ribe, 5-arašidi, 6-soja, 7- mleko in ml. izdelki z laktozo 8-oreški (L-lešniki, 9- listna zelena, 10-gorčično seme, 11-sezamovo seme, 12-žveplov dioksid, 13-volčji bob, 14-mehkužci

Zaradi različnih vzrokov se lahko jedilnik spremeni ali prilagodi.

Opomba: Jedilnik je v skladu s smernicami NIJZ: Higienimi smernicami za izvajanje pouka v osnovni šoli in vrtcu, (za otroke vrtca in učence šole) v času epidemije covid-19 in po njej.

Otrokom vrtca in učencem šole z drugačnim načinom prehranjevanja, ponudimo jedi, ustrezne njihovim načinom prehranjevanja – zdravstveno potrdilo o dieti.

Vodja prehrane: Mateja Vodenik Pangeršič

