



SEPTEMBER 2021

DAN	MALICA	KOSILO	Malica za otroke vrtca:
1.teden			
P-30.8.	<u>Vrtec:</u> Gustav koruzni kruh (gluten), polsuha salama (laktoza), zelenjava, čaj in mleko (laktoza)	Kostna juha s kašo (gluten), testenine s haše omako (gluten), zelena solata s koruzo, sadje	Banana
T-31.8.	<u>Vrtec:</u> lečin namaz, mleko (laktoza), čaj	Prežganka z domačim jajcem (gluten, laktoza), puranji zrezki v omaki (gluten, laktoza), riž, sezonska solata	Bio pekovsko pecivo (gluten), mleko (laktoza).
S-1.9.	Šola: Hot-dog štručka (gluten), piščančja hrenovka (laktoza), ajvar/gorčica (gorčica), čaj/sok, sadje		
	<u>Vrtec:</u> Biomix kruh (gluten), skutni namaz (laktoza), bela kava (laktoza)	<u>Vrtec:</u> krompirjeva juha s hrenovko (laktoza), carski praženec (gluten, laktoza, jajca), jabolčni kompot	Pirini keksi z ovsenimi kosmiči (gluten, laktoza, jajca), voda ali redek sirup.
Č-2.9.	Črna žemljica (gluten), skuta s podloženim sadjem (laktoza) <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Bučkina kremna juha, mesni sir (laktoza), pražen krompir, zelena solata s koruzo, napitek <u>Vrtec:</u> zelenjavna omaka	Mešano sveže sadje.
P-3.9.	Pekovsko pecivo (gluten), domač sadni jogurt (laktoza), sadje <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Enolončnica: eko zelenjave in krompirja v kosih, kruh (gluten), jabolčni zavitek (gluten)	Mešano sveže sadje.
2.teden			
P-6.9.	Krof (gluten, laktoza), mleko (laktoza), sadje <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Goveja juha z zakuho (gluten, jajca), kuhana domača govedina, pražen krompir, zelena solata s koruzo	Bio pekovsko pecivo (gluten), mleko (laktoza).
T-7.9.	Črn kruh (gluten), pašteta (laktoza), paradižnik, čaj z medom <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Korenčkova juha z zdrobom (gluten), rižota iz treh žit (gluten) in puranjega mesa, kumarična solata s krompirjem	Gustav kruh s semeni (gluten), marmelada (SO2).

S-8.9.	Šola: Mali šmaren –pouka prost dan, ki se nadomesti s Trstenjakovim pohodom		Sadje
	<u>Vrtec:</u> Mlečni zdrob (laktoza), jabolko čaj in mleko (laktoza)	<u>Vrtec:</u> Bučna juha s kroglicami iz bučk (gluten, laktoza, jajca), piščančja prsa - file, polnozrnat kus-kus (gluten), paradižnikova solata	
Č-9.9.	Polnozrnat kruh (gluten), sirni namaz (laktoza), paprika, sok/čaj, sadje <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Domača kostna juha z zakuho (gluten, jajca), mesna lazanja (gluten, laktoza, jajca), zelena solata s koruzo	Bio sadni kefir (laktoza), grisini (gluten, laktoza).
P-10.9.	Mlečni rogljiček (gluten, laktoza), kakav iz domačega mleka (laktoza, sojin lecitin), sadje. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Bučkina juha (gluten, laktoza), file osliča (gluten, jajca), pire krompir (laktoza), špinača (laktoza)	Sadje
3.teden			
P-13.9.	Hrustljavi kosmiči (gluten, soja, oreščki), mleko ali jogurt (laktoza), slive <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Boranja s svinjino (gluten), kruh (gluten), skutin štrukelj (gluten, jajca), jabolčni kompot	Banana
T-14.9.	Ovsena mešana štruca (gluten), šunka, paprika, jabolčni sok/čaj <u>Vrtec:</u> čičerikin namaz (laktoza), mleko (laktoza), čaj	Kokošja juha z zakuho (gluten, jajca), pečene domače hrenovke (laktoza), krompirjeva solata z jajci (jajca), sadje, napitek <u>Vrtec:</u> zelenjavna omaka	Riževi oblati, čokoladno mleko (sojin lecitin).
S-15.9.	Ajdov kruh z orehi (gluten, oreščki), skutni namaz (laktoza), planinski čaj z limono. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Paradižnikova juha, piščančji čevapčiči (laktoza), ajvar/gorčica (gorčica), pečen krompir, zelnata solata s fižolom, napitek <u>Vrtec:</u> krompirjeva omaka s korenčkom	Slanik (gluten), voda.
Č-16.9.	Štručka s šunko in sirom (gluten, laktoza), jabolčni sok/čaj <u>Vrtec:</u> marmeladna štručka (gluten, laktoza), čaj in mleko (laktoza)	Telečji meso v grahovi omaki (gluten), kuhani svaljki (gluten, jajca, SO2), zelena solata, pecivo (gluten, laktoza, jajca, soja, oreščki)	Puding (laktoza).
P-17.9.	Eko pšenični zdrob na eko mleku (gluten, laktoza), sadje.	Porova kremna juha s krompirjem, palačinke s čokolado (gluten, laktoza, jajca, soja, oreščki), jagodni kompot.	Mešano sezonsko sadje.
4.teden			
P-20.9.	Polnozrnat kruh (gluten), piščančje prsi, domač paradižnik, čaj. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Juha z domačimi jušnimi rezanci (gluten, jajca), polnozrnat špageti z bolonjsko omako in parmezanom (gluten, laktoza, jajca), zelena solata	Banana
T-21.9.	Kruh iz krušne peči (gluten), sir (laktoza), domača paprika, čaj <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Enolončnica s puranom, lečo in svežo zelenjavo, prosena pogača z jabolki (gluten, laktoza, jajca)	Jabolčna čežana.

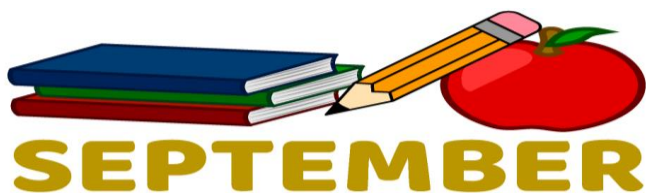
S-22.9.	Kakav (laktoza), pisana pletenka (gluten), jabolko Vrtec: čaj in mleko (laktoza)	Paradižnikova juha, makaronovo meso (gluten), mešana solata, sadje	Stoletni kruh (gluten), sadje
Č-23.9.	Polnozrnat francoski rogljiček (gluten, laktoza, jajca, soja, SO2), navadni jogurt (laktoza), domače hruške.	Domača kostna juha z zakuho (gluten, jajca), polpeti (gluten), pire krompir (laktoza), zelenjavna omaka, pesa	Bio kruhki (gluten, laktoza), mleko (laktoza).
P-24.9.	Mlečni močnik (gluten, jajca, laktoza), ribana čokolada, sadje	Juha (gluten), pečena riba(riba), riž z beby korenčkom, zelena solata s čičeriko	Mešano sezonsko sadje.
5.teden			
P-27.9.	Temna žemlja (gluten), salama piščančja prsa, sir (laktoza), paprika, čaj Vrtec: čičerikin namaz, čaj in mleko (laktoza)	Kokošja juha z rezanci (gluten), piščančji trakci, dušeno zelje, pire krompir, jabolka	Banana
T-28.9.	Pisana štruca (gluten), topljeni sirček (laktoza), čaj, sadje. Vrtec: čaj in mleko (laktoza)	Gobova juha s smetano (laktoza), mleta pečenka (gluten, jajca), omaka, 3-žita (gluten) paradižnikova solata s čebulo	Presta (gluten), sok
S-29.9.	Ržen mešan kruh (gluten), tunin namaz s skuto (ribe, soja, mleko), zelenjava, zeliščni čaj z limono. Vrtec: čaj in mleko (laktoza)	Bučna kremna juha, dušena govedina v lovski omaki (gluten), kroketi (gluten), zelnata solata s krompirjem	Grissini (gluten), mleko (laktoza)
Č-30.9.	Mlečni rogljiček (gluten, mleko), kakav iz domačega mleka (mleko, sojin lecitin), sadje. Vrtec: čaj in mleko (laktoza)	Prežganka z domačim jajcem (gluten, jajca), puranji zrezki v omaki (gluten, laktoza), pire krompir (laktoza), solata	Mešano sadje
P-1.10.	Mlečni riž na mleku (laktoza), čokoladne mrvice (laktoza, sojin lecitin), jabolko.	Fižolova juha z makaroni in zelenjavo (gluten, jajca), cmoki s sadnim nadevom (gluten, laktoza, jajca SO2), kompot	Pirin kruh (gluten), mleko (laktoza)

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.

Zaradi različnih vzrokov se lahko jedilnik spremeni ali prilagodi.

Opomba: Jedilnik je v skladu s smernicami NIJZ: Higienskimi 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