



JEDILNIK JUNIJ 2022

DAN	MALICA	Vsebuje alergene	KOSILO	Vsebuje alergene	MALICA	Vsebuje alergene
PON 30.5.	Bezgov čaj, pirin kruh, sirni namaz, paprika <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1RŽ,1PI,6,7	Korenčkova juha, pečeno svinjsko stegno, mlinci, kumarična solata	1PŠ,3	Lubenica, kruh	1RŽ,1PI,6,7
TOR 31.5.	Bela kava, kruh iz kmečke peči, tunin namaz, por <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1RŽ,4,7	Goveja juha z rezanci, sladko zelje z mesom in krompirjem, sladoled	1PŠ,3,7	Breskev, kruh	1PŠ,1I, 1OV,6,11
SRE 1.6.	Navadni jogurt, koruzni kosmiči, sadje <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1I,7	Kostna juha s kroglicami, pečen piščanec, ajdova kaša z zelenjavo, zelena solata z rukolo	1PŠ,3,7	Hruška, % graham žemljice	1PŠ,6
ČET 2.6.	Planinski čaj, kruh, maslo, kislá smetana, marmelada, marelice <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1RŽ,4,7	Špinačna juha, puranji trakci v zelenjavni omaki, kus kus, paradižnikova solata	1PŠ	*Bio kefir, masleni keksi	1PŠ,7
PET 3.6.	Rogljíček, kakav, sadje <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,6,7	ZAKLJUČNE EKSKURZIJE – UČENCI ŠOLE Krompirjeva juha, marmeladne/čokoladne palačinke, kompot	1PŠ,3,7	Banana	
PON 6.6.	Sadni jogurt, žitni kosmiči, sadje <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1I,7	Cvetačna juha, makaronovo meso, zelje v solati	1PŠ,3,7	Breskev, % žemljice	1PŠ,6
TOR 7.6.	Lipov čaj, kruh Štajerc, piščančja prsa, kisle kumarice, hruška <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1RŽ,6, 10	Golaževa juha s krompirjem, kruh, biskvit s sadjem, 100% jabolčni sok	1PŠ,3,7	Mleko, pisani kruh	1PŠ,1RŽ,6, 7
SRE 8.6.	Šipkov čaj, jelenov kruh, mesni namaz, zelenjava <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1RŽ,1I, 1OV,6,11	Kostna juha s kašico, pečene piščančje krače, mlinci, zelena solata s koruzo <i>Vrtec najmlajši: korenčkova omaka</i>	1PŠ,3,7	Lubenica, kruh	1PŠ,6
ČET 9.6.	Planinski čaj, rženi kruh, liptovski namaz, paradižnik <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1RŽ,7	Lečina enolončnica s piščančjim mesom, svaljki z drobtinami, mešani kompot	1PŠ,3,7	Banana	
PET 10.6.	Mleko, ajdov kruh, maslo z medom, jabolko <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1I,7	Kremna špinača, pire krompir, pečen riba, sladoled	1PŠ,4,7	Mešano sadje, keksi	1PŠ,6

PON 13.6.	Sadni čaj, kruh iz kmečke peči, ribji namaz, zelenjava <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1RŽ,4,7	Grahova juha, špageti po bolonjsko, rdeča pesa	1PŠ,3,10	Hruška, kruh	1PŠ,1RŽ,6
TOR 14.6.	Domači sadni jogurt, koruzni kosmiči, sadje <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1J,7	Juha, rižota s puranjim mesom in zelenjavo, zelena solata	1PŠ,7	Breskov sok, % žemljice	1PŠ,6
SRE 15.6.	Zeliščni čaj, koruzni kruh, čokoladni namaz, lubenica <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,6,7,8L	Minjon juha, sesekljana pečenka, pire krompir, kumarična solata	1PŠ,3,7	Sadna skuta	1PŠ,1RŽ,6
ČET 16.6.	Bela kava, ovseni kruh, šunka v ovitku, paprika <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,10V,7	Zelenjavna juha, piščančji hrustljavčki, rizi bizi, mešana solata	1PŠ,3,7	*Bio jagodni jogurt, kruh	1PŠ,1RŽ,7,11
PET 17.6.	Mleko, kruh Gustav s semeni, rezina jošta, paradižnik, sadje <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1RŽ,7, 11	Kolerabna juha, svedrčki s tunino omako, mlado zelje v solati	1PŠ,3	Banana	
PON 20.6.	Črna žemljica, skuta s podloženim sadjem <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1 PŠ, 7	Goveja juha, bučke v omaki z govedino, riž, sladoled	1PŠ,7	Sadje	
TOR 21.6.	Polnozrnat francoski rogljiček navadni jogurt, sadje <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1 PŠ, 3,7	Polnjena paprika/čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir s cvetačo, puding <i>Vrtec najmlajši: juha z zakuho</i>	1PŠ,3,7	Sadje	
SRE 22.6.	Ržen mešan kruh, tunin namaz s skuto, zelenjava, zeliščni čaj z limono <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,3,4,7	Bučkina juha, zelenjavni polpeti, testenine, paradižnikova omaka	1PŠ,3,6,7	Jogurt	7
ČER 23.6.	Štručka s šunko in sirom, jabolčni sok/čaj <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1 PŠ, 7	Juha, pečen piščanec, mlinci, paradižnikova solata	1PŠ,3	Keksi	1PŠ
PET 24.6.	Domači sadni jogurt, žitni kosmiči, sadje <i>Vrtec: mleko in čaj</i>	1PŠ,1J,7	Zelenjavna juha, pečen mladi krompir, pečene hrenovke - ježki, kumarična solata <i>Vrtec najmlajši: zelenjavna omaka</i>	1PŠ,3,7	Jabolko, kruh	1PŠ,1RŽ

Učenci od 1. razreda do 8. razreda:
HAMBURGER, SOK, SLADOLED



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

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.

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

Vodja prehrane: Mateja Vodenik Pangeršič



Kaj je sladoled?

Sladoled je ledeni desert sestavljen iz mleka, sladkorja, smetane in raznih, dodatkov, predvsem sadja in arom. Obstaja mnogo različnih okusov, največ je sadnih. Kratka zgodovina sladoleda:

- Pot sladoleda, kot slaščice se je začela pred več kot tri tisoč leti na Kitajskem. Tamkajšnji vladarji so prvi imeli priložnost uživati v njej, ko so jim kuharji v sneg iz planin vmešali sadje, vino in med.
- Leta 1295 se je veliki popotnik Marco Polo vrnil iz Kitajske in v Italijo prinesel recept za „ sladoled“. Po tem receptu so v sneg umešali jakovo mleko in tako dobili bolj kremasto teksturo.
- Leta 1533 je Katarina De Medici s poroko s francoskim kraljem Henrikom II. postala francoska kraljica. Ena od stvari, ki jih je vzela s seboj v Francijo, je bil tudi recept za zamrznjeno mleko-sladoled.
- Neki francoski kuhar je celo odprl trgovino, kjer je to sladico prodajal. Prvi ji je dodal okuse, kot sta čokoladni in jagodni.
- Iz Evrope se je sladoled preselil v Združene države Amerike. Leta 1700 je guverner Marylanda Bladen uradno prvič z njim pogostil svoje povablence.
- Jacob Fussel je leta 1842 v Baltimoru odprl prvo tovarno sladoleda v ZDA in sladoled prodajal kar iz vagona.

