




## JEDILNIK NOVEMBER 2022

DAN	MALICA	KOSILO	Malica za otroke vrtca
<b>Jedilnik za otroke vrtca v času jesenskih počitnic.</b>			
<b>SREDA</b> 2.11.2022	Polbeli kruh, mleko (laktoza), čaj, maslo (mleko), marmelada, mandarina	Boranja s svinjino (gluten), kruhovi rezine (gluten, laktoza, jajca, soja, zelena), sadni jogurt/skuta s sadjem (laktoza) Najmlajši: juha z zakuho	Kruh (gluten), mleko
<b>ČETRTEK</b> 3.11.2022	Bio kruh (gluten), čokoladno mlečni namaz (laktoza, sojin lecitin, mandeljni), sadni čaj, mleko (laktoza)	Goveji golaž (gluten), polenta, pesa (SO <sub>2</sub> ), domača sadna sladica (gluten, laktoza, jajca) Najmlajši: juha z zakuho	Sadni jogurt
<b>PETEK</b> 4.11.2022	Pšenični zdrob na domačem mleku (laktoza, gluten), kakav (sojin lecitin), jabolko, čaj	Fižolova juha z makaroni in zelenjavo (gluten, jajca), cmoki s sadnim nadevom (gluten, laktoza, jajca SO <sub>2</sub> ), kompot.	Banana
<b>PONEDELJEK</b> 7.11.2022	Črn kruh (gluten), ribji namaz (ribe, laktoza), čaj, sadje <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza),	Juha z zakuho (gluten, jajca), špageti z bolonjsko omako (gluten, jajca), zelnata solata s fižolom	Keksi(gluten), mleko
<b>TOREK</b> 8.11.2022	Domače mleko (laktoza), čokoladni kosmiči (gluten, mleko, sojin lecitin), mandarina. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza), kosmiči/čokoladni kosmiči	Goveja juha z zakuho (gluten, jajca), kuhana govedina, pražen krompir, zeljnata solata s fižolom	Kruh (gluten), sadje
<b>SREDA</b> 9.11.2022	Domači buhtelj z nadevom (gluten, laktoza, jajca), čaj, sadje. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Gobova kremna juha (gluten, mleko?), svinjska pečenka s presno zelenjavo, omaka (zelena), kus-kus (gluten), radič v solati	Puding
<b>ČETRTEK</b> 10.11.2022	Ržen mešan kruh (gluten), topljen sir (laktoza), čaj <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Domača kostna juha z zakuho (gluten, jajca), riba v koruzni srajčki (riba), riž, vrtnarska omaka, mešana solata	Kefir
<b>PETEK</b> 11.11.2022	Sadni jogurt (laktoza), zemlja/štručka (gluten), sadje. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Bučkina juha (gluten, laktoza), pečena piščančja bedra, mlinci, dušeno rdeče zelje, pecivo – <b>Naša Martinova pojedina</b>	Keksi, sadje

<b>PONEDELJEK</b> <b>14.11.2022</b>	Bio korenčkov mešan kruh (gluten), zelenjavni namaz (laktoza), čaj. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Gobova kremna juha (gluten, mleko), kuhana piščančja hrenovka, slan krompir v kosih, dušeno sladko zelje, napitek	Sadje
<b>TOREK</b> <b>15.11.2022</b>	Sirova štručka (gluten, laktoza), bela kava (mleko, gluten, sojin lecitin), mandarina. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Mesne kroglice-čufti v omaki (gluten), testenine, kislo zelje v solati, sladica <u>Vrtec:</u> juha	Sok, kruh (gluten)
<b>SREDA</b> <b>16.11.2022</b>	Polnozrnat kruh (gluten), poli salama (mleko), zeliščni čaj z limono. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Bujta repa z mesom (gluten, laktoza), kruh (gluten), sadna rulada (gluten), limonada	Jogurt
<b>ČETRTEK</b> <b>17.11.2022</b>	Kakav (laktoza), pisana pletenka (gluten), klementina <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)/kakav	Krompirjeva juha (gluten), dušena *ajdova kaša z mesom in zelenjavo, zelena solata	Sadje
<b>PETEK</b> <b>18.11.2022</b>	 <b>TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK</b> <b>Mleko, kruh, maslo, med, jabolko</b> <b>Zajtrk s mlekom – super dan!</b> <b>Malica:</b> bio sadni kefir (mleko), raznovrstno sadje (suho in sveže) <u>Vrtec:</u> sadno – zelenjavni zajtrk	Kremna špinača (gluten, laktoza), pire krompir (laktoza), kuhano jajce, sladica <u>Vrtec:</u> juha z zakuho	Banana
<b>PONEDELJEK</b> <b>21.11.2022</b>	Orehov rogljič (laktoza, jajca, gluten, orehi), mleko (laktoza), mandarina. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Korenčkova juha (gluten), piščančji paprikaš (gluten, laktoza), polžki (gluten), rdeča pesa, napitek	Kompot, kruh (gluten)
<b>TOREK</b> <b>22.11.2022</b>	Črni kruh (gluten), piščančja pašteta, paradižnik, čaj z medom, sadje <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Ričet eko (gluten), kruh (gluten), pecivo s sadjem, sok	Skuta na sadju (mleko)
<b>SREDA</b> <b>23.11.2022</b>	Eko močnik na domačem mleku (laktoza), kakav(sojin lecitin), vanilijev kaki. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza)	Paradižnikova juha z zakuho (gluten), puranji hrustljavčki (gluten, jajce), džuveč riž, zelena solata <u>Vrtec:</u> pečena piščančje prsi	Mešano sadje
<b>ČETRTEK</b> <b>24.11.2022</b>	Gustav ovseni kruh (gluten), kuhan pršut, kumarice (SO2), zeliščni čaj z limono. <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza), zelenjavni namaz	Zelenjava z mesom, pire krompir (laktoza), mešana solata, puding s smetano (laktoza) <u>Vrtec:</u> juha z zakuho	Jogurt
<b>PETEK</b> <b>25.11.2022</b>	Mleko (laktoza), bio polenta, hruška <u>Vrtec:</u> čaj in mleko (laktoza),	Juha z zvezdicami (gluten), peresniki s tunino omako (gluten, laktoza), riban sir (gluten), pecivo	Banana

(\**) 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, PI-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



18. november 2022

## Zajtrk z mlekom – super dan!

Vsak tretji petek v novembru v osnovnih šolah in vrtcih obeležujemo dan slovenske hrane z vseslovenskim projektom Tradicionalni slovenski zajtrk.

Ministrstvo za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano, Agencija Republike Slovenije za kmetijske trge in razvoj podeželja, Ministrstvo za izobraževanje, znanost in šport, Ministrstvo za zdravje, Ministrstvo za okolje in prostor, Ministrstvo za kulturo, Cebelarstva zveza Slovenije, Gospodarske zbornice Slovenije – Zbornice kmetijskih in živalskih pridelavcev, Kmetijska gozdarska zbornica Slovenije, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Jadrutina zveza Slovenije, Zavod RS za kmetstvo, zveza sodelarskih društev Slovenije, Zveza slovenske podobeljske mladine, Obrtno-podjetniška zbornica Slovenije.

Autor ilustracije: Peter Škeri

DÓBER TEK  
Slovenija



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA KMETIJSTVO,  
GOZDARSTVO IN PREHRANO

