



## JEDILNIK FEBRUAR 2022

DAN	MALICA	VSEBUJE ALERGENE	KOSILO	VSEBUJE ALERGENE	Malica za otroke vrtca
P-31.1.	Planinski čaj, kruh iz kmečke peči, mesni namaz, kislo zelje <b>Vrtec: mleko in čaj</b>	1PŠ,RŽ	Krompirjeva juha, dušena *ajdova kaša z mesom in zelenjavo, zelena solata s koruzo	7	Mleko, jogurt 1PŠ, 6, 7
T-1.2.	Kakav, rogljiček, kaki vanilija <b>Vrtec: mleko in čaj</b>	1PŠ,6,7	Jota, kruh, jogurtovo pecivo z breskvicami, jabolčni sok	1PŠ,3,7	Mešano sadje, kruh 1PŠ, 7
S-2.2.	Carski praženec, marmelada, limonada <b>Vrtec: mleko in čaj</b>	1PŠ, 1RŽ, 6	Čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, marmorni kolač s skuto	1PŠ,3,7	Sadna skuta, ½ žemljice 1PŠ, 6, 7
Č-3.2.	Planinski čaj z medom, kruh Štajerc, zaseka, kumarice, sadje <b>Vrtec: maslo, mleko in čaj</b>	1PŠ, 3, 7	Goveja juha z rezanci, zelenjavna omaka z mesom, kus kus, endivija s krompirjem	1PŠ,3,7	Sadje, keksi 1PŠ, 7
P-4.2.	Mlečna *prosenka kaša s čokoladnim posipom, suhe slive	6,7	Brokolijeva juha, pečena riba, krompirjeva solata s porom, mandarina <b>Vrtec: krompirjeva omaka</b>	1PŠ,3,4,7	Banana
<b>Ponedeljek, 7.2.2022 – POUKA PROST DAN ZA UČENCE ŠOLE</b>					
P-7.2.	<b>Vrtec</b> - Lipov ča, mleko, kruh Gustav s semeni, ribji namaz	1PŠ,1RŽ,4 7,11	<b>Vrtec</b> - Korenčkova juha, sladko zelje s krompirjem, hrenovka, sadna solata s smetano	1PŠ,3,4,7	jogurt, keksi 1PŠ, 6,7
T-8.2.	<b>Prešernov dan, slovenski kulturni praznik</b>				
S-9.2.	Čaj, makaroni z mletim mesom, kruh, rdeča pesa <b>Vrtec: Mleko in čaj, jelenov kruh, čičerikin namaz, korenčkove palčke*</b>	1PŠ 1 PŠ, R, J, OV, 7	Grahova juha, pečen piščanec, mlinci, rdeča pesa	1PŠ,3,7,10	Jabolčni kompot
Č-10.2.	Zeliščni čaj, pirin kruh, piščančja prsa, kumarice, sadje <b>Vrtec: mleko in čaj</b>	1PI,1RŽ,6,7, 10	Koruzna juha (pretlačena), špageti po bolonjsko, riban sir, zelena solata s koruzo, sadje	1PŠ,3,7	Mleko, kruh 1PI,1RŽ,6, 7
P-11.2.	Mleko, ajdov kruh, maslo z medom, ananas	1PŠ,1I,7	Krompirjeva juha, tunini svedri, endivija s krompirjem	1PŠ,3,4,7	Mandarina, keksi 1PŠ, 7
P-14.2.	Umešano jajce, kruh, limonada ali čaj, jabolko <b>Vrtec: mlečni riž s čokoladnim posipom, jabolko</b>	3,1PŠ 6,7	Porova juha, špageti po bolonjsko, zelena solata s koruzo, sadje	1PŠ,3,7	Mešano sadje
T-15.2.	Šipkov čaj, ovseni kruh, sirni namaz, kisle kumarice, kivi <b>Vrtec: mleko in čaj</b>	1PŠ,1OV,7, 10	Pasulj, kruh, čokoladno pecivo, limonada	1PŠ,3,7	Kruh, sadje 1PŠ,6,7
S-16.2.	Zelenjavna enolončnica s hrenovko, kruh, sadje <b>Vrtec: mleko, kosmiči, sadje</b>	1,9,10	Juha iz zelene, rižota s piščančjim mesom, rdeča pesa, sadje	10	Jogurt, kruh 1PI,1RŽ,6, 7

Č-17.2.	Bio sadni kefir, polnozrnat žemljica, sadje <b>Vrtec: mleko in čaj</b>	1PŠ, 10V, 6,7,	Čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir s cvetačo, banana	1PŠ,3,7	Banana
P-18.2.	Mlečni močnik s čokoladnim posipom, suhe marelice	1PŠ,6,7,12	*Ajdova juha z zelenjavo in žličniki (pirini), skutne palačinke, kompot	1PŠ,3,7	Skuta s sadjem 7
P-21.2.	Sadni čaj, radgonski rženi kruh, pašteta, kislje zelje <b>Vrtec: mleko in čaj</b>	1RŽ,1PŠ,7	Paradižnikova juha, makaronovo meso, zelnata solata s fižolom, čokoladno pecivo, napitek	1PŠ,3,7	Banana
T-22.2.	Kakav, pisana pletenka, jabolko <b>Vrtec: mleko ali čaj</b>	1,7	Krompirjeva omaka s kumaricami, piščančja hrenovka, pecivo	1,3,7,9	Sadje
S-23.2.	Črni kruh, suha salama, paprika, čaj <b>Vrtec: koruzni kosmiči mleko ali čaj, sadje</b>	1	Kostna juha s kašico, svinjska pečenka, riž, zelena solata	1PŠ,3	Sadna skuta
Č-24.2.	Rženi kruh, rezina sira, češnjev paradižnik, čaj <b>Vrtec: mleko ali čaj</b>	1,7	Piščančji paprikaš, pire krompir, zelje v solati, skuta s sadjem	1,3,7	Jogurt
P-25.2.	Marmeladni rogljiček, mleko, sadje <b>Vrtec: mleko in čaj</b>	1,7,8	Zelenjavna juha, pica, sadna solata <b>Vrtec najmlajši: zelenjavna juha, carski praženec, kompot</b>	1PŠ,3,7	Sadje

## 28.2. – 4.3.2022 ZIMSKE POČITNICE ZA UČENCE ŠOLE

### JEDILNIK ZA OTROKE VRTCA V ČASU ZIMSKIH POČITNIC

P-28.2.	Zeliščni čaj, koroški rženi kruh, čokoladni namaz,	1RŽ,1PŠ,7	Cvetačna juha, krompirjeva musaka z jajcem in zelenjavo, solata	1PŠ,3,7	Jabolko, kruh 1PŠ,6,7
T-1.3.	<b>PUST</b> - Kakav, krof, sadje	1PŠ, 3	Zelenjavna juha, piščančji paprikaš, polžki, zelena solata	1PŠ,3,7	Mleko, keksi 1PŠ, 7
S-2.3.	Čaj, graham kruh, liptovski namaz, korenčkove palčke	1PŠ,6	Fižolova juha, testenine z drobtinami/makom/orehi, jabolčni kompot	1PŠ,3,7	Banana
Č-3.3.	Kakav, rogljiček, kaki	1PŠ,6,7	Goveja juha z mesom in zvezdicami, govedina v grahovi omaki, dušen riž	1PŠ,3,7	Sadje s skuto 7
P-4.3.	Mlečni *khorasan zdrob s čokoladnim posipom, jabolčni krahliji	1KH, 6,7,12	Brokolijska juha, pečena riba, krompirjeva omaka, sadje	1PŠ,3,4,7	Sadje, žemljica 1PŠ

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 uknili 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.

**Legenda alergenov:** 1- žito, ki vsebuje gluten ( PŠ-pšenica, RŽ-rž, J-ječmen, OV-oves, PI-pira, KH-khorasan), 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-žveplovi dioksidi

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 potrjeno o dieti.

Vodja prehrane: Mateja Vodenik Pangeršič

