



MAJ 2022

DAN	MALICA	VSEBUJE ALERGENE	KOSILO	VSEBUJE ALERGENE	Malica za otroke vrtca
T – 3.5.	Zeliščni čaj, graham kruh, ribji namaz, sveže kumarice Vrtec: mleko in čaj	1PŠ,4,6,7	Čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, marmorni kolač s skuto	1PŠ,3,7	Jabolko, kruh 1PŠ,10V,6
S – 4.5.	Lipov čaj, žemljica, šunka v ovitku, paprika, sadje Vrtec: mleko in čaj	1RŽ,1PŠ	Kostna juha z rezanci, pečen piščanec, mlinci z jogurtovim prelivom, zelena solata z rukolo	1PŠ,3,7	Mleko, keksi 1PŠ, 3, 7
Č – 5.5.	Carski praženec, marmelada, limonada Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 3, 7	Paradižnikova juha, špageti po bolonjsko, riban sir, zelena solata, sadje	1PŠ,3,7	Jogurt 7
P – 6.5.	Mlečni riž s čokoladnim posipom, suhe slive Vrtec: mleko in čaj	6,7	Fižolova juha, pečena riba, solata s krompirjem in jajcem	1PŠ, 3, 4	Mešano sadje
P – 9.5.	Zeliščni čaj, ovseni kruh, jajčni namaz, sadje Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 10V, 6	Goveja juha s kašico, kuhana govedina, pražen krompir, smetanov hren, zelena solata Vrtec najmlajši: goveja juha s kašico in govedino, carski praženec	1PŠ,3,7	Keksi, čaj 1PŠ, 3
T – 10.5.	Čaj, makaroni z mletim mesom, kruh, rdeča pesa Vrtec: mleko in čaj, jelenov kruh, čičerikin namaz, korenčkove palčke*	1PŠ 1 PŠ, R, J, OV, 7	Zelenjavna juha s stročjim fižolom in piščančjim mesom, koruzna zlejvanka z jabolki, jabolčni sok	1PŠ,3,7	Mešano sadje
S – 11.5.	Kakav, polnjene štručka, sadje Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 6, 7	Korenčkova juha, sladko zelje s krompirjem, hrenovke, sadna solata s smetano	1PŠ,3,4,7	banana
Č – 12.5.	Krompirjeva juha, kruh, sadje Vrtec: mleko in čaj, mlečna juha	3, 1, PŠ 1PŠ,6, 7	Kostna juha z zakuho, *ajdova kaša z zelenjavo in puranjim mesom, zeljna solata	1PŠ,3,7	Puding 6,7
P – 13.5.	Sadni jogurt, žitni kosmiči, sadje Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 1J, 6, 7	Gobova juha, ribje pogačice s sirom, mešana solata, sladoled	1PŠ, 3, 4	Mleko, kruh 1PŠ,6,7

P – 16.5.	Čaj, koroški rženi kruh, čokoladni namaz, jabolko Vrtec: mleko in čaj	1RŽ, 1PŠ, 7	Grahova juha, rižota s piščančjim mesom, rdeča pesa	7, 10	Jabolka, kruh
T – 17.5.	Šipkov čaj, kruh Gustav ovseni, rezina sira, kisle kumarice Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 10V, 10	Goveja juha z rezanci, dušena govedina v zelenjavni omaki, kruhove rezine, kitajsko zelje v solati	1PŠ,3,7	banana
S – 18.5.	Mleko, koruzni kruh, kislá smetana, marmelada, sadje Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 6, 7	Špargljeva juha, sesekljana pečenka, pire krompir, zelena solata	1PŠ,3,7	Kruh, sadje 1PŠ
Č – 19.5.	Umešana jajca, kruh, limonada Vrtec: mleko in čaj, mlečni riž, sadje	3, 1, PŠ	Juha, svinska pečenka, mlinci, zelena solata s koruzo	1PŠ, 3	Kruh, mleko 1PŠ, 7
P – 20.5.	Sadni kefir, polnozrnata štručka, sadje Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, R, 7	Ribja rižota, kumarična solata, breskova pita Vrtec: juha	1PŠ, 3,4,7	Mešano sadje
P – 23.5.	Čaj, pisan mesni namaz, kruh iz kmečke peči, sadje Vrtec: mleko in čaj, mlečni zdrob	1PŠ, R, 7, 10	Goveja juha z zakuho, govedina v grahovi omaki, *polenta, rdeča pesa, napitek	1PŠ,7,10	Keksi, sadje 1PŠ, 3
T – 24.5.	Zeliščni čaj, ovseni kruh, piščančja prsa, kisle kumarice Vrtec: mleko in čaj, kruh, maslo, med	1PŠ, 10V, 10	Juha, pečene piščančje hrenovke, pečen krompir/pomfri, mešana solata Vrtec(najmlajši): kuhana hrenovka, krompirjeva omaka	1PŠ	banana
S – 25.5.	Kakav, polnjen rogljiček, ananas Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 6,7	Paradižnikova juha, makaronovo meso, zelena solata	1PŠ,3	Jogurt 7
Č – 26.5.	Čaj, opečene kruhove rezine, sadje Vrtec: mleko in čaj	1 PŠ, 7, 3, 8	Krompirjeva juha, puranji file v gobovi omaki, kus kus, zelena solata, napitek	1PŠ, 7	Mleko, pisani kruh 1PŠ,6,7
P – 27.5.	Mlečni močnik, ribana čokolada, sadje Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 3, 7	Juha, tunini svedri, endivija s krompirjem in jajcem	1PŠ,3,4,7	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 v jedilniku: 1- žito, ki vsebuje gluten (PŠ-pšenica, R-rž, J-ječmen, OV-oves, PI-pira), 2-raki, 3-fajca, 4-ribe, 5-arašidi, 6-soja, 7- mleko in ml. izdelki z laktoz 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, prislunemo 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: Higienjskimi 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