



JEDILNIK MAREC 2023

DAN	MALICA	VSEBUJE ALERGENE	KOSILO	VSEBUJE ALERGENE	Malica za otroke vrtca
P-6.3.	Kakav, makova pletenka, mandarina Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 6,7	Bučkina juha, faširani polpeti, pire krompir, omaka iz graška, solata	1PŠ,3,7	Pomaranča, kruh
T-7.3.	Čaj, rženi kruh, tunin namaz, kumarice, sadje Vrtec: mleko in čaj	1RŽ,1PŠ, 4,7	*Ričet, kruh, čokoladne rezine, sok Vrtec najmlajši: juha z zakuho	1PŠ,1J,3,7	Jabolko, ½ žemljica
S-8.3.	Šipkov čaj, kruh, pašteta, zelenjava Vrtec: mleko in čaj	1PŠ,1RŽ	Porova juha, lazanja z mesom in zelenjavo, zelena solata	1PŠ,3,7, 11	Banana
Č-9.3.	Mleko, *polenta, ananas Vrtec: mleko in čaj	7	Juha, zeljne krpice, pečene piščančje hrenovke, sadje Vrtec najmlajši: kuhane piščančje hrenovke	1PŠ,3 1PŠ,3	masleni keksi
P-10.3	Sadni jogurt, koruzni kosmiči, jabolko Vrtec: mleko in čaj	1J, 7	Ajdova smetanova juha, svedri s tunino omako, kitajsko zelje	1PŠ,3,4,7	Mešano sadje
P-13.3.	Bezgov čaj, kruh, maslo, marmelada, pomaranča Vrtec: mleko in čaj	1PŠ,1OV, 6,7	Grahova juha, svinjska pečenka, krompir, zelena solata	7	banana
T-14.3.	Sadni čaj, ovseni kruh, šunka v ovitku, kumarice Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 1OV, 10	Paradižnikova juha, makaronovo meso, rdeča pesa	1PŠ,3,10	keksi
S-15.3.	Kakav, rogljiček, sadje Vrtec: mleko in čaj	1PŠ,6,7	Bučna juha s popečenimi kruhovimi kockami, puranji kocke z zelenjavo, riž, zelena solata	1PŠ,7	Sadje, žemljica
Č-16.3.	Bio sadni kefir*, polnozrnat žemljica, suho sadje Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 1OV, 6,7,	Čičerikina juha, krompirjeva musaka, zelena solata z jogurtom	1PŠ,3,7	Jogurt, keksi
P-17.3.	Mlečna prosena kaša s čokoladnim posipom, sadje Vrtec: mleko in čaj	6,7,	Brokolijeva juha, pečena riba, krompirjeva omaka, sadje	1PŠ, 3,4,7	Jabolko, kruh
P-20.3.	Carski praženec, marmelada, limonada Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 3,7	Kolerabna juha s kroglicami, *ajdova kaša z mletim mesom, endivija s krompirjem	1PŠ,3,7	Sadje
T-21.3.	Lipov čaj, kruh Gustav s semeni, sirni namaz, korenčkove palčke, jabolko Vrtec: mleko in čaj	1RŽ,1PŠ,	Bučna juha s popečenimi kruhovimi kockami, pečen piščanec, mlinci, zeljna solata	1PŠ,3,7	Mleko, žemljica

S-22.3.	Šipkov čaj, kruh iz kmečke peči, mesni namaz, *kislo zelje, kivi Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 1RŽ	Goveji golaž, krompir v kosih, pecivo, sok Vrtec najmlajši: golaževa juha s krompirjem	1PŠ	Mandarina, keksi
Č-23.3.	Kakav, rogljiček, ananas Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 6, 7	Zelenjavno mesna enolončnica, marmeladne palačinke, mešani kompot	1PŠ,3,7	Jogurt, kruh
P-24.3.	Mleko, ajdov kruh, maslo z medom, pomaranča Vrtec: mleko in čaj	1PŠ,1J,7	Kremna špinača, pire krompir, trdo kuhano jajce, sadje Vrtec najmlajši: juha z zakuho	1PŠ,3,7	Banana
P-27.3.	Šipkov čaj z medom, kruh Gustav s semeni, rezina mozzarelle, paradižnik Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 1RŽ, 7	Goveja juha z rezanci, kuhana govedina, hren, pražen krompir	1PŠ, 3,7	Hruška, kruh
T-28.3.	Lipov čaj, kruh Gustav s semeni, ribji namaz, Vrtec: mleko in čaj	1PŠ,1RŽ,4 7,11	Pašta fižol, kruh, kvasenica, sok Vrtec najmlajši: fižolova juha z zakuho	1PŠ,3,6	Mešano sadje
S-29.3.	Planinski čaj, kruh iz kmečke peči, čokoladni namaz, jabolko Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 7, 8	Zelje, matevž, pečenica, puding s smetano Vrtec najmlajši: juha z zakuho, hrenovke	1PŠ,7	banana
Č-30.3.	Bela kava, čičerikin namaz, pirin namaz, paprika Vrtec: mleko in čaj	1PŠ, 1Pl, 6,7	Piščančji paprikaš, testenine, rdeča pesa, pecivo	1PŠ, 3,7	Jogurt, žemljica
P-31.1.	Mlečni riž s čokoladnim posipom, suhe slive Vrtec: mleko in čaj	6,7	Zelenjavna enolončnica, carski praženec, mešani kompot	1PŠ,3,7	Jabolko, kruh

Kot napitek nudimo: čaj in vodo. 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 in različnih dejavnikov, se lahko jedilnik spremeni ali prilagodi.

Opomba: Jedilnik je v skladu s smernicami NIJZ: Higienjskimi smernicami za izvajanje pouka v osnovni šoli in vrtcu.

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

Vodja prehrane: Mateja Vodenik Pangeršič

