**JEDILNIK 1 : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ZAJTRK**  **( 1. skupina vrtec)** | **ZAJTRK**  **(vrtec)** | **KOSILO** | **POPOLDANSKA MALICA**  **(vrtec)** |
| **PON.** | pletenica s sezamom (1, 3, 11),  kakav (3),  sadež | pletenica s sezamom (1, 3, 11),  kakav (3),  sadež | goveja juha (1, 2),  špageti bolognese (1, 2, 3) ,  mešana solata | sezonsko sadje,  rezina kruha (1) |
| **TOR.** | sosedov kruh (1, 8),  med,  maslo (3),  čaj | sosedov kruh (1, 8),  med,  maslo (3),  čaj | pečene piščančje krače,  mlinci (1, 2) ,  paradižnikova solata s papriko,  sadje | sezonsko sadje |
| **SRE.** | mlečni riž iz nehomog. mleka (3) ,  sadež | mlečni riž iz nehomog. mleka (3) ,  sadež | pečen sir na žaru (3) ,  pire krompir (3),  kremna špinača (3),  sadje | makovka (1, 3) |
| **ČET.** | bombetka (1),  poltrajna salama,  češnjev paradižnik,  čaj | bombetka (1),  poltrajna salama,  češnjev paradižnik,  čaj | štefani pečenka (1, 2, 3),  tlačen krompir,  kumarična solata,  sadje | sadni jogurt iz nehomog. mleka (3) |
| **PET.** | pisan kruh (1) ,  topljeni sir (3) ,  kuhano jajce (2),  čaj | pisan kruh (1) ,  topljeni sir (3) ,  kuhano jajce (2),  čaj | ješprenj z mesom in zelenjavo (1) ,  pirin kruh (1),  carski praženec (1, 2, 3) | sezonsko sadje,  grisini (1) |

**DIETNI JEDILNIK 1 (mleko, jajca, gluten):\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ZAJTRK**  **(mleko, jajca)** | **ZAJTRK**  **(mleko, gluten)** | **KOSILO**  **(mleko, jajca)** | **KOSILO**  **(mleko, gluten)** | **POPOLDANSKA MALICA**  **(vrtec)** |
| **PON.** | koruzni kruh (1), čičerikin namaz,  čaj | koruzni kruh (1), čičerikin namaz,  čaj | goveja juha (1),  špageti bolognese (1),  mešana solata | goveja juha,  špageti bolognese,  mešana solata | sezonsko sadje,  rezina kruha (1)/ BG kruh |
| **TOR.** | sosedov kruh (1,8),  med,  sojin napitek (7),  sadež | sosedov kruh(1,8)/ BG kruh,  med,  sojin napitek (7),  sadež | pečene piščančje krače,  dušen riž  paradižnikova solata s papriko,  sadje | pečene piščančje krače,  dušen riž,  paradižnikova solata s papriko,  sadje | sezonsko sadje |
| **SRE.** | mlečni riž na riževem napitku (3) ,  sadež | mlečni riž na riževem napitku (3) ,  sadež | pečen file na žaru,  pire krompir z riževim napitkom,  kremna špinača,  sadje | pečen file na žaru,  pire krompir z riževim napitkom,  kremna špinača,  sadje | ajdova žemlja (1) /BG bombetka |
| **ČET.** | bombetka (1),  poltrajna salama,  češnjev paradižnik,  čaj | BG bombetka,  poltrajna salama,  češnjev paradižnik,  čaj | štefani pečenka,  tlačen krompir,  kumarična solata,  sadje | štefani pečenka,  tlačen krompir,  kumarična solata,  sadje | sojin jogurt (7) |
| **PET.** | pisan kruh (1) ,  fižolov namaz,  rezina zelenjave,  čaj | pisan kruh (1) ,  fižolov namaz,  rezina zelenjave,  čaj | ješprenj z mesom in zelenjavo (1),  pirin kruh (1),  sadna kupa | zelenjavna enolončnica z mesom,  BG kruh,  sadna kupa | sezonsko sadje,  grisini (1)/ BG grisini |

**JEDILNIK 2 –** SLADKORNA BOLEZEN **: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **MALICA** | **KOSILO** | **POPOLDANSKA**  **MALICA** |
| **PON.** | Wasa kruhek (11),  čičerikin namaz | goveja juha (1, 2),  polnozrnati špageti bolognese (1, 2, 3) + dodatek mesa,  mešana solata | sadje (sliva in nektarina),  oreški (8) |
| **TOR.** | Wasa kruhek (1),  rezina sira (3) | pečene piščančje krače,  dušen rjavi riž,  paradižnikova solata s papriko,  sadje | grški jogurt (3) ,  oreški (8) |
| **SRE.** | Wasa kruhek (1) ,  kuhano jajce (2) | pečen sir na žaru (3) ,  kuhan krompir,  kremna špinača (3),  sadje | mocarela (3) ,  Wasa kruhek (1) |
| **ČET.** | Wasa kruhek (1),  rezina poltrajne salame | štefani pečenka (1, 2, 3),  tlačen krompir,  kumarična solata,  sadje | skuta (3) ,  oreški (8) |
| **PET.** | mocarela (3) ,  češnjev paradižnik | ješprenj z mesom in zelenjavo (1) ,  Wasa kruhek (1),  sadež | navadni jogurt (7) ,  tretjina jabolke |

Pri obroku je vedno na voljo napitek (sok/ čaj/ voda) in kruh. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika ( npr. zamenjave živil ipd.)

**LEGENDA:** snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost:

1 - žita, ki vsebujejo gluten, **2 -** jajca in proizvodi iz jajc, **3 -** mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), **4 -** ribe in proizvodi iz rib, **5 -** raki in proizvodi iz rakov, **6 -** arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, **7 -** zrnje soje in proizvodi iz soje, **8 -** oreški, **9 -** listna zelena in proizvodi iz nje, **10 -** gorčično seme ali proizvodi iz njega, **11 -** sezamovo seme ali proizvodi iz njega, **12 -** žveplov dioksid ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO2), **13 -** volčji bob in proizvodi iz njega, **14 -** mehkužci in proizvodi iz njih.

**DOBER TEK!**Jasmina Povše,

organizatorica šolske prehrane