**JEDILNIK 4 : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ZAJTRK**  **( 1. skupina vrtec)** | **ZAJTRK**  **(vrtec)** | **KOSILO** | **POPOLDANSKA MALICA**  **(vrtec)** |
| **PON.** | pšenični kruh (1 ),  kisla smetana (3),  marmelada,  čaj | pšenični kruh (1 ),  kisla smetana (3),  marmelada,  čaj | zrezki na žaru,  pražen krompir,  solata kitajskega zelja,  sadež | sezonsko sadje,  rezina kruha (1) |
| **TOR.** | rogljič s šunko in sirom (1,2,3),  sadež,  čaj | rogljič s šunko in sirom (1,2,3),  sadež,  čaj | puranji  zrezek po vrtnarsko (1),  kus kus (1) ,  sestavljena solata,  sadež | sezonsko sadje,  piškoti (1, 2, 3) |
| **SRE.** | čokolino (1,3, 8),  nehomog. mleko (3),  sadež | čokolino (1,3, 8),  nehomog. mleko (3),  sadež | beef stroganov (1) ,  gluhi štruklji (1),  paradižnikova solata,  sadež | makovka (1, 3) |
| **ČET.** | polnozrnati kruh (1) ,  ribji namaz (3, 4) ,  čaj | polnozrnati kruh (1) ,  ribji namaz (3, 4) ,  čaj | gobova juha (1),  tortelini v sirovi omaki, s slanino (1, 2, 3) ,  zelena solata s fižolom | sadni jogurt (3) |
| **PET.** | nehomogenizirano mleko (3) ,  koruzni kosmiči (1) ,  sadež | nehomogenizirano mleko (3) ,  koruzni kosmiči (1) ,  sadež | pašta fižol (1),  polbeli kruh (1),  domača sladica (1, 2, 3) | sezonsko sadje,  grisini (1) |

**DIETNI JEDILNIK 4 (mleko, jajca, gluten):\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ZAJTRK**  **(mleko, jajca)** | **ZAJTRK**  **(mleko, gluten)** | **KOSILO**  **(mleko, jajca)** | **KOSILO**  **(mleko, gluten)** | **POPOLDANSKA MALICA**  **(vrtec)** |
| **PON.** | pšenični kruh (1 ),  marmelada,  čaj | pšenični kruh (1 ) /BG kruh,  marmelada,  čaj | zrezki na žaru,  pražen krompir,  solata kitajskega zelja,  sadež | zrezki na žaru,  pražen krompir,  solata kitajskega zelja,  sadež | sezonsko sadje,  rezina kruha (1)/ BG kruh |
| **TOR.** | rogljič brez mleka in jajc (1),  sadež,  čaj | rogljič brez mleka in jajc (1) /BG rogljiček (2, 7),  sadež,  čaj | puranji  zrezek po vrtnarsko (1),  kus kus (1) ,  sestavljena solata,  sadež | puranji  zrezek po vrtnarsko ,  dušen riž,  sestavljena solata,  sadež | sezonsko sadje,  piškoti brez mleka in jajc(1) / BG piškoti, |
| **SRE.** | rižev napitek,  polenta (1),  sadež | rižev napitek,  BG polenta,  sadež | beef stroganov (1) ,  gluhi štruklji (1),  paradižnikova solata,  sadež | beef stroganov,  slan krompir,  paradižnikova solata,  sadež | ajdova žemlja (1) /BG bombetka |
| **ČET.** | polnozrnati kruh (1) ,  ribji namaz (4) ,  čaj | polnozrnati kruh (1)/ BG kruh ,  ribji namaz (4) ,  čaj | gobova juha (1) ,  špageti v paradižnikovi omaki s slanino (1),  zelena solata s fižolom | gobova juha,  špageti v paradižnikovi omaki s slanino,  zelena solata s fižolom | sojin desert (7) |
| **PET.** | sojin napitek (7),  koruzni kosmiči (1) ,  sadež | sojin napitek (7),  BG koruzni kosmiči,  sadež | pašta fižol (1),  polbeli kruh (1),  domača sladica s sadjem (1) | pašta fižol,  polbeli kruh (1) / BG kruh,  domača sladica s sadjem | sezonsko sadje,  grisini (1)/ BG grisini |

**JEDILNIK 4 – SLADKORNA BOLEZEN: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **MALICA** | **KOSILO** | **POPOLDANSKA**  **MALICA** |
| **PON.** | Wasa kruhek (1) ,  rezina sira (3) | zrezki na žaru,  kuhan krompir,  solata kitajskega zelja | mocarela (3) ,  Wasa kruhek (1) |
| **TOR.** | Wasa kruhek (1) ,  kuhano jajce (2) | puranji  zrezek po vrtnarsko (1),  polnozrnati kus kus (1),  sestavljena solata | skuta (3) ,  oreški (8) |
| **SRE.** | mocarela (3) ,  paradižnik | beef stroganov (1) ,  slan krompir,  paradižnikova solata,  sadež | sadje (rezina jabolke, jagode),  oreški (8) |
| **ČET.** | Wasa kruhek (1) ,  ribji namaz | gobova juha (1) ,  polnozrnate testenine (1),  paradižnikova omaka s slanino in hrenovko,  zelena solata s fižolom | navadni jogurt (3),  jagode |
| **PET.** | Wasa kruhek (1) ,  sezonska zelenjava | pašta fižol (1),  Wasa kruhek (1),  polovica jabolke | grški jogurt (3) ,  oreški (8) |

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