**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