

## JEDILNIK 4 : \_\_\_\_\_

|             | ZAJTRK<br>( 1. skupina vrtec)   | ZAJTRK<br>(vrtec)   | KOSILO  | POPOLDANSKA<br>MALICA<br>(vrtec)                 |
|-------------|---|---|---|--|
| <b>PON.</b> | pletenica s sezamom <sup>(1A, 3, 11)</sup> ,<br>kakav <sup>(3)</sup> ,<br>sadež                       | pletenica s sezamom <sup>(1A, 3, 11)</sup> ,<br>kakav <sup>(3)</sup> ,<br>sadež                       | goveja juha <sup>(1A, 2)</sup> ,<br>špageti bolognese <sup>(1A, 2, 3)</sup> ,<br>mešana solata                              | sezonsko sadje,<br>rezina kruha <sup>(1A)</sup>  |
| <b>TOR.</b> | polnozrnati kruh <sup>(1A)</sup> ,<br>med,<br>maslo <sup>(3)</sup> ,<br>čaj                           | polnozrnati kruh <sup>(1A)</sup> ,<br>med,<br>maslo <sup>(3)</sup> ,<br>čaj                           | pečene piščančje krače,<br>mlinci <sup>(1A, 2)</sup> ,<br>paradižnikova solata s papriko,<br>sadje                          | sezonsko sadje                                   |
| <b>SRE.</b> | mlečni riž iz nehomog. mleka<br><sup>(3)</sup> ,<br>sadež   | mlečni riž iz nehomog. mleka <sup>(3)</sup> ,<br>sadež  | pečen sir na žaru <sup>(3)</sup> ,<br>pire krompir <sup>(3)</sup> ,<br>kremna špinača <sup>(3)</sup> ,<br>sadje             | makovka <sup>(1A)</sup>                          |
| <b>ČET.</b> | bombetka <sup>(1A)</sup> ,<br>poltrajna salama,<br>češnjev paradižnik,<br>čaj                         | bombetka <sup>(1A)</sup> ,<br>poltrajna salama,<br>češnjev paradižnik,<br>čaj                         | beef stroganov <sup>(1A)</sup> ,<br>gluhi štruklji <sup>(1A)</sup> ,<br>zeleno solata,<br>sadež                             | sadni jogurt iz nehomog.<br>mleka <sup>(3)</sup> |
| <b>PET.</b> | pisan kruh <sup>(1A)</sup> ,<br>topljeni sir <sup>(3)</sup> ,<br>kuhano jajce <sup>(2)</sup> ,<br>čaj | pisan kruh <sup>(1A)</sup> ,<br>topljeni sir <sup>(3)</sup> ,<br>kuhano jajce <sup>(2)</sup> ,<br>čaj | ješprenj z mesom in zelenjavo <sup>(1A)</sup> ,<br>pirin kruh <sup>(1A,1C)</sup> ,<br>carski praženec <sup>(1A, 2, 3)</sup> | sezonsko sadje,<br>grisini <sup>(1A)</sup>       |

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 (1A pšenica, 1B rž, 1C pira, 1D ječmen, 1E oves, 1F durum), 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 SO<sub>2</sub>), 13 - volčji bob in proizvodi iz njega, 14 - mehkužci in proizvodi iz njih.

**DOBER TEK!**

Jasmina Povše,  
organizatorica šolske prehrane

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

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

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 (1A pšenica, 1B rž, 1C pira, 1D ječmen, 1E oves, 1F durum), 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 SO<sub>2</sub>), 13 - volčji bob in proizvodi iz njega, 14 - mehkužci in proizvodi iz njih.

**DOBER TEK!**