

JEDILNIK MAREC 2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
Ponedeljek 2.3.2020	mešani kruh 1 sadni kefir 7	rženi kruh 1 domači mesni namaz iz šunke 3,7 kislo zelje z bučnim oljem čaj	čista juha z zvezdicami 1,3 telečja pečenka pražen krompir rdeča pesa	jogurt 7 kruh 1
Torek 3.3.2020	koruzni kruh 1 jajčna omleta 3 čaj	polbeli kruh 1 liptovski namaz 7 bela kava 7	pečenica zabeljen fižol kisla repa 7	pečenica gorčica 10 kruh 1
Sreda 4.3.2020	polbeli kruh 1 kuhan pršut čaj	ovseni kosmiči 1 BIO mleko 7 suho sadje	bučkina juha 1 polnozrnati špageti 1,3 carbonara 1,7 zelena solata s korenčkom	polnozrnata štručka 1 pomaranča
Četrtek 5.3.2020	domači kruh 1 topljeni sir 7 BIO mleko 7	zelenjavni sendvič (polnozrnata štručka, tamar namaz, zelena solata, rezine paradižnika) 1,7 čaj	korenčkova juha 1,3 makaronovo meso 1,3 zelena solata	kruh 1 zeliščno maslo 1 čaj
Petek 6.3.2020	ovseni kruh 1 suha salama kisle kumare čaj	ajdov kruh 1 maslo 7 med BIO mleko 7 jabolko	ričet 1 biskvitno pecivo 1,3 rženi kruh 1	ričet 1 rženi kruh 1
Ponedeljek 9.3.2020	mešani kruh 1 maslo 7 rezina sira 7 čaj	polnozrnati kruh 1 domači zeliščni namaz 7 planinski čaj	zelenjavna juha 1 svinjski zrezki v omaki 1 riž kitajsko zelje s koruzo	Bio kefir 7 graham žemljica 1

Torek 10.3.2020	sirova štručka 1,7 kakav 1	mlečna prosena kaša s cimetom 7 hruška	zdrobova juha 1,3 piščančji paprikaš 1,7 polenta endivija	polenta BIO mleko 7
Sreda 11.3.2020	koruzni kruh 1 kisla smetana 7 jagodna marmelada čaj	ovseni kruh 1 puranje prsi v ovitku kisle kumare čaj	brokolijeva kremna juha 1,7 ocvrt file osliča 1,3 krompirjeva solata s kumarami	polnozrnata štručka 1 mesni namaz 7 čaj
Četrtek 12.3.2020	sadni jogurt 7 mini graham žemljica 1	rženi kruh 1 topljen sir 7 planinski čaj z medom in limono	pasulj s krajnsko klobaso 1 marmorni kolač 1,3,7 domača limonada	pasulj s krajnsko klobaso 1
Petek 13.3.2020	domači kruh 1 piščančja klobasa čaj	mlečni kruh 1,7 medeni namaz 7 BIO mleko 7	čufti v paradižnikovi omaki 1,3,7 pire krompir 7 banana	sendvič 1,7 čaj
Ponedeljek 16.3.2020	graham žemljica 1 BIO kefir 7	rženi kruh 1 čičerikin namaz 1,7 zeliščni čaj	kruhova juha 1 zloženska iz kislega zelja – ajdove kaše ter mesa 1,3,7 solata	ovseni kruh 1 ementalec 7 čaj
Torek 17.3.2020	pirin kruh 1 maslo 7 med čaj	graham žemlja 1 mocarela 7 rezina paradižnika kamilični čaj	korenčkova juha z jajčko 1,7 ocvrte piščančje krače 1,3 rizi – bizi rdeča pesa	bombetka s sezamom 1,11 kakav 7
Sreda 18.3.2020	črni kruh 1 ribji namaz 4,7 čaj	Mlečni osukanec s cimetom 1,3,7 jabolko	paradižnikova juha z zvezdicami 1,3,7 pečen file postrvi po tržaško 1 masleni krompir 1 zelena solata s korenčkom	Ego sadni jogurt 7 banana

Četrtek 19.3.2020	makova štručka 1 čaj	polbeli kruh 1 pečena jajčka 1,3,7 otročki čaj	zdrobova juha 1 zelenjavno mesni haše 1 svedri 1,7 naribani sir 7 zelenja solata	ovseni kruh 1 kisla smetana 7 med napitek
Petek 20.3.2020	ajdova žemlja 1 polsuha salama bela kava 7	pirin kruh 1 zeliščno maslo 7 bela kava 7	jota 1 jabolčna pita 1,3,7 domači kruh 1	jota 1 domači kruh 1
Ponedeljek 23.3.2020	graham kruh 1 ementalec 7 čaj	domači kruh 1 šunka v ovitku kisle kumarice čaj	juha 1 tunina omaka 1,4,7 graham preresniki 1,3 zelenja solata s koruzo	polnozrnati grisini 1 probiotični jogurt 7
Torek 24.3.2020	ovseni kruh 1 čičerikin namaz 7 čaj	črni kruh brez aditivov 1 kisla smetana 7 slivova marmelada čaj	juha s fritati 1,3 dušena govedina v omaki 1 kruhov cmok 1,3,7 radič s krompirjem krompirjeva kremna	govedina v solati 3 graham kruh 1
Sreda 25.3.2020	polnozrnata štručka 1 skutin namaz 7 čaj	koruzni žganci z zabelo BIO mleko 7	puranji zrezek v vrtnarski omaki 1 riž z ajdovo kašo endivija s koruzo	puranja pečenica ovseni kruh 1
Četrtek 26.3.2020	ovseni kruh suha salama rezina paradižnika čaj	zelenjavna enolončnica s čičeriko 1 pirin kruh 1	zelenjavna kremna juha 1 pečen file postrvi 1 blitva s krompirjem	sirova štručka 1,7 napitek
Petek 27.3.2020	koruzni kruh 1 maslo 7 BIO mleko 7	rženi kruh 1 tamar namaz 7 zeliščni čaj	zelenjavna mineštra 1 slivovi cmoki z drobtinami 1,3 jabolčni kompot	zelenjavna mineštra 1

Ponedeljek 30.3.2020	polnozrnat kruh 1 mlečni namaz 7 čaj	ajdov kruh 1 polsuha salama rezina paprike čaj	grahova juha 1 zeljne krpice 1,3 zelena solata	kosmiči 1 BIO kefir 7
Torek 31.3.2020	pirin kruh 1 zeliščni namaz 7 čaj	mlečni pšenični zdrob 1,7 banana	kostna juha z ribano kašo 1,3 svinjski zrezek v omaki 1 pire krompir 7 mešana solata (radič, zelena)	pirin kruh 1 zeliščno maslo 7 čaj

Otroci imajo skozi ves dan na voljo jabolka in vodo. Šola sodeluje v Shemi šolskega sadja in mleka. Zaradi različnih dejavnikov, ki vplivajo na dobavo in pripravo hrane ter organizacijo dela, si pridružujemo pravico za spremembo jedilnika. Jedilnik pripravila Valerija Brišnik inž. živ. in preh. , v sodelovanju s komisijo za prehrano. Na spletni strani vrtca je objavljeno obvestilo: Alergeni v živilih, podrobnejše informacije o alergenih v živilih, ki jih ponujamo so v tabelah, ki se nahajajo ob oglasni deski in na tel. št. 02 4441187

Skladno z Uredbo (ES) št. 1169/2011 in Uredbo o izvajanju uredbe (EU) (Uradni list RS, št. 6/14) ima šola izdelan seznam jedi z označenimi snovmi, ki lahko povzročajo alergije ali preobčutljivosti.

Seznam alergenov:

1. Žita, ki vsebujejo gluten, zlasti: pšenica (npr. pira in horasan), rž, ječmen, oves ali njihove križane vrste, in proizvodi iz njih, razen:

- (a) glukočnih sirupov na osnovi pšenice, vključno z dekstrozo;
- (b) maltodekstrinov na osnovi pšenice ;
- (c) glukočnih sirupov na osnovi ječmena;
- (d) žit, ki se uporabljajo za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora; **2. raki in proizvodi iz njih;**

3. jajca in proizvodi iz njih;

4. ribe in proizvodi iz njih, razen:

- (a) ribje želatine, ki se uporablja kot nosilec za vitamine ali karotenoide;

(b) ribje želatine ali želatine iz ribjih mehurjev, ki se uporablja kot sredstvo za bistrenje piva in vina;

5. arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih; 6.

zrnje soje in proizvodi iz njega, razen:

(a) popolnoma rafiniranega sojinega olja in maščob);

(b) naravnih zmesi tokoferola (E306), naravnega D-alfa-tokoferola, naravnega D-alfa-tokoferol acetata, naravnega D-alfa-tokoferol sukcinata iz soje; (c) rastlinskih sterolov in estrov rastlinskih sterolov iz sojinega olja;

(d) rastlinskih estrov stanola, proizvedenih iz sterolov iz sojinega olja;

7. mleko in mlečni proizvodi (ki vsebujejo laktozo), razen:

(a) sirotke, ki se uporablja za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora;

(b) laktitola;

8. oreški, in sicer mandlji (*Amygdalus communis* L.), lešniki (*Corylus avellana*), orehi (*Juglans regia*), indijski oreščki (*Anacardium occidentale*), ameriški orehi (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), brazilski oreščki (*Bertholletia excelsa*), pistacija (*Pistacia vera*), makadamija ali orehi Queensland (*Macadamia ternifolia*) ter proizvodi iz njih, razen oreškov, ki se uporabljajo za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora;

9. listna zelena in proizvodi iz nje;

10. gorčično seme in proizvodi iz njega;

11. sezamovo seme in proizvodi iz njega;

12. žveplov dioksid in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂, ki se izračunajo za proizvode, ki so pripravljene za uživanje ali obnovljeni v skladu z navodili proizvajalcev;

13. volčji bob in proizvodi iz njega;

14. mehkužci in proizvodi iz njih.