

JEDILNIK MAREC 2021

| DATUM | ZAJTRK | MALICA | KOSILO | POPOLDANSKA MALICA |
|--------------------------------|---|--|---|--|
| Ponedeljek 1.3.2021 | mešani kruh 1 sadni kefir 7 | rženi kruh 1 domači mesni namaz iz šunke 3,7 kislo zelje z bučnim oljem čaj | bučkina juha 1 polnozrnati špageti 1,3 carbonara 1,7 zelena solata s korenčkom | jogurt 7 kruh 1 |
| Torek 2.3.2021 | koruzni kruh 1 jajčna omleta 3 čaj | polbeli kruh 1 liptovski namaz 7 bela kava 7 | čufti v paradižnikovi omaki 1,3,7 pire krompir 7 banana | pečenica gorčica 10 kruh 1 |
| Sreda 3.3.2021 | polbeli kruh 1 kuhan pršut čaj | ovseni kosmiči 1 BIO mleko 7 suho sadje | čista juha z zvezdicami 1,3 svinjska pečenka rizi bizi rdeča pesa | polnozrnata štručka 1 pomaranča |
| Četrtek 4.3.2021 | 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 5.3.2021 | 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 8.3.2021 | mešani kruh 1 maslo 7 rezina sira 7 čaj | mlečna prosena kaša s cimetom 7 hruška | zelenjavna juha 1 svinjski zrezki v omaki 1 riž kitajsko zelje s koruzo | Bio kefir 7 graham žemljica 1 |

| | | | | |
|---------------------------------|---|--|--|--|
| Torek 9.3.2021 | sirova štručka 1,7 kakav 1 | polnozrnati kruh 1 domači zeliščni namaz 7 planinski čaj | zdrobova juha 1,3 piščančji paprikaš 1,7 polenta endivija | polenta BIO mleko 7 |
| Sreda 10.3.2021 | koruzni kruh 1 kisla smetana 7 jagodna marmelada čaj | ovseni kruh 1 puranje prsi v ovitku kisle kumare čaj | brokolijeva kremna juha 1,7 file postrvi po tržaško 1 krompirjeva solata s kumarami | polnozrnata štručka 1 mesni namaz 7 čaj |
| Četrtek 11.3.2021 | 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 12.3.2021 | domači kruh 1 piščančja klobasa čaj | mlečni kruh 1,7 medeni namaz 7 BIO mleko 7 | pečenica pire krompir 7 kisla repa 7 | sendvič 1,7 čaj |
| Ponedeljek 15.3.2021 | 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 16.3.2021 | 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 17.3.2021 | črni kruh 1 ribji namaz 4,7 čaj | mlečni osukanec s cimetom 1,3,7 jabolko | paradižnikova juha z zvezdicami 1,3,7 zelenjavni zrezki 1 masleni krompir 7 zelena solata s korenčkom | Ego sadni jogurt 7 banana |

| | | | | |
|---------------------------------------|---|--|--|--|
| Četrtek 18.3.2021 | 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 19.3.2021 | 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 22.3.2021 | 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 23.3.2021 | 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 | ajvar govedina v solati 3 graham kruh 1 |
| Sreda 24.3.2021 | polnozrnata štručka 1 skutin namaz 7 čaj | koruzni žganci z zabelo BIO mleko 7 | cvetačna kremna juha 1,7 puranji zrezek v vrtnarski omaki 1 riž z ajdovo kašo endivija s koruzo | puranja pečenica ovseni kruh 1 |
| Četrtek 25.3.2021 | 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 26.3.2021 | 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 29.3.2021 | polnozrnatni 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 30.3.2021 | 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 |
| Sreda 31.3.2021 | makovka 1 BIO mleko 7 | graham bombetka 1 piščančja pleskavica zelena solata ajvar čaj | prežganka 1,3 milanska omaka 1,7 metuljčki 1,3,7 zelena solata | testenine v solati 1,3,7 kaki |
| | | | | |

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 pripravljani za uživanje ali obnovljeni v skladu z navodili proizvajalcev;

13. volčji bob in proizvodi iz njega;

14. mehkužci in proizvodi iz njih.