



JEDILNIK: od 14.9.2020 - 18.9.2020



	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
PONEDELJEK 14.9.2020	Mleko Koruzni kosmiči, čokolino / gluten, sledi oreščkov Sezonsko sadje	Pletenka s sezamom / gluten, sezam *Sadni jagodni jogurt Podjed / mleko	Goveja juha z rezanci / gluten, jajca Dušena govedina Pražen krompir Sezonska solata	Nektarina/ breskev Kornšpic / gluten
TOREK 15.9.2020	Sadni čaj Polnozrnat kruh/ gluten, sledi oreščkov Topljeni sir / mleko Sadje	Čaj sadni z limono Sirova štručka / gluten, mleko Poli salama Sezonsko sadje	Bučna kremna juha / mleko Piščančja file Krompirjeva solata s kumarami Sadje	Navadni tekoči jogurt / mleko Čokoladne kroglice
SREDA 16.9.2020	Kakav / mleko Polbel kruh / gluten Namaz po izbiri / mleko Sadje	Beli kruh / gluten * **Medeno maslo / mleko Dodatno iz EU Šolske sheme – mleko iz ekološke pridelave	Telečja obara z zelenjavo Ajdovi žganci / gluten Polbel kruh / gluten Sezonska sadje	Mlečni kifeljček / mleko, gluten Hruška
ČETRTEK 17.9.2020	Čaj Koruzni kruh / gluten Piščančja salama Rezina sira / mleko List zelene solate	Otroški čaj * **Ječmenov kruh Zdrav obrok / gluten Vitaminski namaz / jajca Banana	Pire krompir / mleko Kremna špinača / mleko Losos / ribe Sezonska solata	* **Kruh Zdrav obrok/ gluten Alpski topljeni sirček / mleko
PETEK 18.9.2020	Sadni čaj Umešana jajčka / jajca Sadje	* **Pšenični črni kruh z orehi Zdrav obrok / gluten, orehi *Skutni namaz Oražem / mleko *Jabolko Domači pridelki	Fižolova juha z s testeninami / gluten, jajca Koruzni kruh / gluten Kremna rezina / jajca, gluten, mleko	Pirin kruh / gluten Mleko

Jedilniki so pripravljani v skladu s priporočili za zdravo načrtovanje obrokov v vzgojno izobraževalnih ustanovah. Otroci imajo na voljo zadostne količine pijač (malo sladkan čaj ter zdravstveno ustrezno pitno vodo). Brezmesni dan v tednu je petek.

OKALNI IZDELKI : otrokom ponujamo izdelke lokalne kmetije PAŽBAR, lokalno mleko in med, ter lokalne izdelke Eko kmetije STRAŽAR, PRI CAJHNU, PIRNAT, MIŠ in izdelke ekološke pekarnice ZDRAV OBROK

Kuhinja si v primeru objektivnih razlogov pridržuje pravico do spremembe jedilnika!

DOBER TEK



JEDILNIK: od 14.9.2020 - 18.9.2020




	REDUKCIJSKA DIETA	MALICA	KOSILO	
PONEDELJEK 14.9.2020		Kruh Lahki jogurt	Goveja juha Dušena govedina Kuhan krompir Sezonska solata	
TOREK 15.9.2020		Čaj brez sladkorja Kruh Poli salama	Bučna juha Piščanec dušen Krompirjeva solata	
SREDA 16.9.2020		Mleko, čaj Kruh Namaz	Telečja obara Sadje ali jogurt	
ČETRTEK 17.9.2020		Čaj Kuhano jajce Kruh	Krompir v kosih Špinača Losos Solata	
PETEK 18.9.2020		Črni kruh Jogurt Jabolko	Fižolova juha Dietni rogljič Sadje	



	INDIVIDUALNA DIETA	MALICA	KOSILO	
PONEDELJEK 14.9.2020		Kruh Sojin jogurt	Krompir Zelenjavni polpet Solata	
TOREK 15.9.2020		Čaj / voda Kruh Tofu	Bučna juha Sojina hrenovke Krompirjeva solata s kumarami	
SREDA 16.9.2020		Riževo mleko Kruh Med	Zelenjavna juha Ajdovi žganci brez ocvirkov Kruh Sadje	
ČETRTEK 17.9.2020		Čaj Namaz Kisle kumarice / korenje	Krompir pretlačen Špinača Sojina hrenovka Solata	
PETEK 18.9.2020		Dietno pecivo Sojin jogurt	Fižolova juha Kruh Sadje	



	DIETA BREZ MESA, JAJC, RIB	MALICA	KOSILO	
PONEDELJEK 14.9.2020		Pletenka s sezamom *Sadni jagodni jogurt Podjed	Krompir Zelenjavni polpet Solata	
TOREK 15.9.2020		Čaj / voda Sirova štručka Namaz Sadje	Bučna juha Sojina hrenovka Krompirjeva solata s kumarami	
SREDA 16.9.2020		Beli kruh * **Medeno maslo Dodatno iz EU Šolske sheme – mleko iz ekološke pridelave	Zelenjavna juha Ajdovi žganci Kruh Sadje	
ČETRTEK 17.9.2020		Čaj Namaz Kruh Sir	Krompir v kosih Špinača Sojina hrenovka	
PETEK 18.9.2020		* **Pšenični črni kruh z orehi Zdrav obrok *Skutni namaz Oražem *Jabolko Domači pridelki	Fižolova juha Kruh Dietno pecivo	



	DIETA BREZ FRUKTOZE	MALICA		
PONEDELJEK 14.9.2020		Pletenka s sezamom Navadni jogurt		
TOREK 15.9.2020		Čaj sadni z limono Sirova štručka Poli salama Sezonsko sadje		
SREDA 16.9.2020		Mleko Kruh Maslo		
ČETRTEK 17.9.2020		Čaj Kruh Kuhano jajce		
PETEK 18.9.2020		Pšenični črni kruh z orehi Zdrav obrok Skutni namaz Oražem Jabolko Domači pridelki		