

JEDILNIK VRTEC JANUAR 2025



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PETEK, 3. 1. 2025	mešani kruh (1), maslo (7), marmelada, zeliščni čaj	jabolko	štajerska kisl juha z žličniki (1,3), jabolčna pita z dodatkom pirine EKO moke (1,3,7)	polnozrnat grisin, <i>(jasli-mlečni kruh)</i>
PONEDELJEK, 6. 1. 2025	kruh z drožmi (1), puranja prsa, zelena paprika, sadni čaj	banana	korenčkova juha (1), makaronovo meso z govejim mesom (1,3), rdeči radič z jajčko	ovseno pecivo (1)
TOREK, 7. 1. 2025	žemlja (1), kakav z manj sladkorja z BIO mlekom	suho sadje	piščančja juha z vlivanci (1,3), piščančji zrezek (1,3), rizi – bizi, zeljna solata	kremni jogurt (7)
SREDA, 8. 1. 2025	polbeli kruh (1), medeni namaz , metin čaj z medom	jabolko	otročka juha (1,3), svinjski trakci v naravni omaki (1), široki rezanci (1,3), zelena solata	½ mlečni kruh (1)
ČETRTEK, 9. 1. 2025	koruzni kosmiči (1), EKO mleko (7)	mandarina	zdrobova juha s korenčkom (1, 7), losos v koruznem ovoju (4), krompirjeva solata	pomaranča
PETEK, 10. 1. 2025	bombetka (1), sirni namaz (7), zelena solata, paradižnik, planinski čaj	kivi	česnova juha (1,7), zelenjavna rižota, zelena solata s korenčkom	mleko (7)

DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK, 13. 1. 2025	polbeli kruh (1), jajčna omleta (3), paprika čaj divja češnja	kaki	kostna juha s kroglicami (1, 3), goveji zrezki v čebulni omaki (1), kruhova rolada (1,3,7), zelene solata	jabolko
TOREK, 14. 1. 2025	pšenični zdrob s cimetom in EKO mlekom (1,7)	hruška	špinačna juha s čičeriko (1,7), pečene piščančje krače, dušen riž z BIO ajdovo kašo, rdeča pesa	BIO kefir (7)
SREDA, 15. 1. 2025	ovseni kruh (1), skutno-bučni namaz (7,11), korenček, zeliščni čaj	jabolko	kremna porova juha s čičeriko (1,7), čufti v paradižnikovi omaki (1), pire krompir (7)	Albert keksi
ČETRTEK, 16. 1. 2025	črni kruh (1), ribji namaz (4,7), kisle kumarice zeliščni čaj	banana	zelenjavna enolončnica (1), carski praženec (1,3,7), jabolčni kompot	muffin (1,3,7)
PETEK, 17. 1. 2024	ovseni kruh(1), rezina trdega sira (7), zelena paprika, metin čaj z limono	pomaranča	korenčkova juha (1), ajdov narastek s kislim zeljem in mesom (3, 7)	sadna skuta (7)

DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK, 20. 1. 2025	mešan kruh (1), jajčni namaz (3,7), čaj divja češnja	mandarina	zdrobova juha (1, 7), špageti z bolonjsko omako (1,3,7), (jasli- polžki) kitajsko zelje	polnozrnata štručka (1)
TOREK, 21. 1. 2025	mlečna prosena kaša z EKO mlekom (3)	jabolko	jota, polbeli kruh (1), skutino pecivo (1,3,7)	banana
SREDA, 22. 1. 2025	domači kruh (1), hrenovka, gorčica, zeliščni čaj	suho sadje	špinačna juha (1,7), postrv (1,3,7), kuhan krompir v kosih z blitvo zelena solata	½ orehova potička (1,3,7,9)
ČETRTEK, 23. 1. 2025	domači kruh (1), kisla smetana (7), jagodna marmelada, kakav z EKO mlekom (7)	pomaranča	paradižnikova juha (1), pečenka v lastnem soku, pražen krompir (7), rdeča pesa	probiotični jogurt (7)
PETEK, 24. 1. 2025	kruh hribovec (1), tunin namaz (3,4,7), olive in zelena paprika, melisin čaj	kaki	piščančja boranja, kruh (1), pecivo s sadjem (1, 3,7)	jabolko

DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PONEDELJEK, 27. 1. 2025	kruh z manj soli (1), Aljaževa salama, kisle kumare, sadni čaj	ananas	goveja juha z rezanci (1,3), kuhana govedina, kremna špinača (1,3,7), pire krompir (7)	mandarina
TOREK, 28. 1. 2025	mlečni osukanec (1,3,7) z EKO mlekom	jabolko	brokolijeva kremna juha (1,7), piščančji zrezek v omaki (1,7), kus kus (1,3), endivija s krompirjem	kremni grški jogurt (7)
SREDA, 29. 1. 2025	koruzni kruh (1), rezina trdega sira (7), korenček (jasli-paradižnik), sadni čaj	kivi	segedin golaž (1), koruzni žganci, domače pecivo (1,3,7)	BIO kefir (7)
ČETRTEK, 30. 1. 2025	mlečna pletenka (1,7), žitna kava (EKO mleko) (7),	banana	česnova juha (1, 7), rižota z mesom in čičeriko, rdeča pesa	Albert keksi
PETEK, 31. 1. 2025	mešan kruh (1), domača pašteta (3,7), kisle kumare, jagodni čaj	jabolko	ohrovtova mineštra (1), skutini štruklji (1,3,7), mešani kompot	mleko (7)

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 je pripravila Klavdija Hartman, prof. bio-kem., v sodelovanju s komisijo za prehrano. Na spletni strani šole in 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: 02 444 11 87.



- lokalna živila



- eko živila

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.