**JEDILNIK 1 : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ZAJTRK****( 1. skupina vrtec)** | **ZAJTRK****(vrtec)** | **KOSILO** | **POPOLDANSKA MALICA****(vrtec)**  |
| **PON.**  | pletenica s sezamom (1, 3, 11),kakav (3), sadež | pletenica s sezamom (1, 3, 11),kakav (3), sadež | goveja juha (1, 2), špageti bolognese (1, 2, 3) , mešana solata | sezonsko sadje, rezina kruha (1) |
| **TOR.** | sosedov kruh (1, 8),med, maslo (3),čaj | sosedov kruh (1, 8),med, maslo (3),čaj | pečene piščančje krače, mlinci (1, 2) , paradižnikova solata s papriko,sadje | sezonsko sadje |
| **SRE.** | mlečni riž iz nehomog. mleka (3) , sadež | mlečni riž iz nehomog. mleka (3) , sadež | pečen sir na žaru (3) , pire krompir (3),kremna špinača (3),sadje | makovka (1, 3) |
| **ČET.** | bombetka (1),poltrajna salama,češnjev paradižnik, čaj | bombetka (1),poltrajna salama,češnjev paradižnik, čaj | štefani pečenka (1, 2, 3), tlačen krompir, kumarična solata, sadje | sadni jogurt iz nehomog. mleka (3) |
| **PET.** | pisan kruh (1) , topljeni sir (3) , kuhano jajce (2),čaj | pisan kruh (1) , topljeni sir (3) , kuhano jajce (2),čaj | ješprenj z mesom in zelenjavo (1) ,pirin kruh (1),carski praženec (1, 2, 3)  | sezonsko sadje, grisini (1) |

**DIETNI JEDILNIK 1 (mleko, jajca, gluten):\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ZAJTRK****(mleko, jajca)** | **ZAJTRK** **(mleko, gluten)** | **KOSILO****(mleko, jajca)** | **KOSILO**  **(mleko, gluten)** | **POPOLDANSKA MALICA****(vrtec)**  |
| **PON.**  | koruzni kruh (1), čičerikin namaz,čaj | koruzni kruh (1), čičerikin namaz,čaj | goveja juha (1), špageti bolognese (1),mešana solata | goveja juha, špageti bolognese,mešana solata | sezonsko sadje, rezina kruha (1)/ BG kruh |
| **TOR.** | sosedov kruh (1,8), med, sojin napitek (7),sadež | sosedov kruh(1,8)/ BG kruh, med, sojin napitek (7),sadež | pečene piščančje krače, dušen rižparadižnikova solata s papriko,sadje | pečene piščančje krače,dušen riž, paradižnikova solata s papriko,sadje | sezonsko sadje |
| **SRE.** | mlečni riž na riževem napitku (3) , sadež | mlečni riž na riževem napitku (3) , sadež | pečen file na žaru,pire krompir z riževim napitkom,kremna špinača, sadje  | pečen file na žaru,pire krompir z riževim napitkom,kremna špinača, sadje | ajdova žemlja (1) /BG bombetka |
| **ČET.** | bombetka (1),poltrajna salama,češnjev paradižnik, čaj | BG bombetka,poltrajna salama,češnjev paradižnik, čaj | štefani pečenka, tlačen krompir, kumarična solata, sadje | štefani pečenka, tlačen krompir, kumarična solata, sadje | sojin jogurt (7) |
| **PET.** | pisan kruh (1) , fižolov namaz, rezina zelenjave,čaj | pisan kruh (1) , fižolov namaz, rezina zelenjave,čaj | ješprenj z mesom in zelenjavo (1),pirin kruh (1),sadna kupa | zelenjavna enolončnica z mesom,BG kruh, sadna kupa  | sezonsko sadje, grisini (1)/ BG grisini  |

**JEDILNIK 2 –** SLADKORNA BOLEZEN **: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **MALICA** | **KOSILO** | **POPOLDANSKA** **MALICA** |
| **PON.**  | Wasa kruhek (11), čičerikin namaz  | goveja juha (1, 2), polnozrnati špageti bolognese (1, 2, 3) + dodatek mesa, mešana solata | sadje (sliva in nektarina), oreški (8) |
| **TOR.** | Wasa kruhek (1), rezina sira (3) | pečene piščančje krače, dušen rjavi riž, paradižnikova solata s papriko,sadje | grški jogurt (3) , oreški (8) |
| **SRE.** | Wasa kruhek (1) , kuhano jajce (2) | pečen sir na žaru (3) , kuhan krompir,kremna špinača (3),sadje | mocarela (3) , Wasa kruhek (1) |
| **ČET.** | Wasa kruhek (1),rezina poltrajne salame | štefani pečenka (1, 2, 3), tlačen krompir, kumarična solata, sadje | skuta (3) , oreški (8) |
| **PET.** | mocarela (3) , češnjev paradižnik | ješprenj z mesom in zelenjavo (1) ,Wasa kruhek (1),sadež | navadni jogurt (7) ,tretjina jabolke  |

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, **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 SO2), **13 -** volčji bob in proizvodi iz njega, **14 -** mehkužci in proizvodi iz njih.

**DOBER TEK!**Jasmina Povše,

 organizatorica šolske prehrane