

AVGUST

DIETA OREŠČKI



	4.8.-8.8.	11.8.-15.8.	18.8.-22.8.	25.8.-29.8.
PONEDELJEK	Z: Mlečni zdrob s cimetovim posipom / polbel kruh (Gpš, M) K: Ričota s sezonsko zelenjavo, pisano zelje v solati (/) PM: Pirin mlečni kifelj(Gpš, M)	Z: Mlečni riž s čokoladnim posipom / črn kruh (Gpš, M) K: Pire krompir, dušena sezonska zelenjava, goveji čevapčiči (M) PM: Lubenica in melona (/)	Z: Mlečna prosenka kaša s kokosovim posipom / črn kruh (Gpš, M) K: Pečen krompirček, piščančji čevapčiči, paradižnikova solata (/) PM: Lubenica in breskev (/)	Z: Mlečni pirin močnik s cimetovim posipom / polbel kruh (Gpš, M) K: Rizi bizi, piščančje nabodalo, paradižnikova solata (/) PM: Melona in breskev (/)
TOREK	Z: Domač namaz liptaver, sveža kumarica, ržen kruh(Gpš, M) K: Testenine z brokolijevo kremno omako s piščancem, rdeča pesa(Gpš, M) PM: Domača sadna kupa iz sezonskega sadja (M)	Z: Domač tunin namaz, sveža paprika, koruzni kruh(Gpš, M, R2) K: Testenine s kremno zelenjavno omako, rukola z mozzarella (Gpš, M) PM: Grški jogurt s sadnim prelivom (M)	Z: Domač piščančji namaz, sveža bučka, kruh s semen(Gpš, M) K: Mesno-zelenjavna lazanja s perutninskim mesom, zelena solata s fižolom(Gpš, M, J) PM: Kraljeva fit štručka(Gpš, SS)	Z: Domač mesno-zelenjavni namaz, sveža paprika, polnozrnat kruh (Gpš, M, J) K: Puranji zrezek po dunajsko s sezamovimi semeni, pire krompir, šopska solata (Gpš, M, J) PM: Domač skutin zavitek(Gpš, M)
SREDA	Z: Črn kruh, šunka, svež paradižnik(Gpš) K: Kremna zelenjavna juha, carski praženec(Gpš, M, J) PM: Banane (/)	Z: Pirin kruh, piščančje prsi s šparglji, sveži korenček(Gpš) K: Korenčkovi štruklji, piščančji zrezek v vrtnarski omaki(eko zelenjava), eko zelena solata z lečo (Gpš, M, J) PM: Makova štručka (Gp, SS)	Z: Ajdov kruh, umešana eko jajčka, rdeča paprika(Gpš, J) K: Krompirjevi tortelini, telečji zrezek v korenčkovih omaki, motovilec z jajčko(Gpš, J) PM: Fige in banane (/)	Z: Kraljeva fit štručka, bela kava(Gpš, M, SS) K: Domača pica s puranjo šunko, redčen 100% jabolčni sok(Gpš, M) PM: Grški jogurt s sadnim prelivom(Gpš, M)
ČETRTEK	Z: Mlečna štručka, bela kava(Gpš, M) K: Lazanja s tunino in sezonsko zelenjavo, motovilec z jajčko(Gpš, M, J) PM: Skutina pena s sadnim prelivom(M)	Z: maslo, borovničeva marmelada, mleko, črn kruh(Gpš, M) K: Eko telečja obara z ajdovimi žličniki, polbel kruh, sladoled(Gpš, M) PM: Nektarine (/)	Z: Črn kruh, med, maslo, mleko(Gpš, M) K: Ribji file po tržaško, krompir v kosih z dušeno blitvo(R2) PM: Domač marmorni kolač (Gpš, M, J)	Z: Kislá smetana, malinina marmelada, mleko, ržen kruh (Gpš, M) K: Ribji file po tržaško, pečen krompirček, grška solata(M, R2) PM: Domača sadna kupa iz sezonskega sadja (M)
PETEK	Z: Ržen kruh, sir, sveža paprika (Gpš, M) K: Krompirjev golaž z eko hrenovko, polbel kruh, jogurtovo pecivo s svežim sadjem (Gpš, M, J) PM: Nektarine(/)	PRAZNIK		Z: Kruh s semeni, puranja prsa, eko sveža paprika(Gpš) K: Ričet z eko zelenjavo, polbel kruh *svinjina, domače sočne rafaelo kocke(Gpš, M, J) PM: Fige in nektarine (/)

Pridržujemo si pravico do sprememb pri jedilniku.

Eko izdelki so obarvani modro, lokalni izdelki pa zeleno.

Alergeni: G-gluten, M-mleko in ml.izdelki, O-oreščki, R-ribe, J-jajca, S-soja, SS-sezamovo seme,

z - zajtrk, k-kosilo, pm-popoldanska malica
Dopoldanska malica je sezonsko sadje.

Dunja Volavšek, OP in ZHR