

JULIJ

DIETA MLEKO



	30.6.-4.7.	7.7.-11.7.	14.7.-18.7.	21.7.-25.7.	21.7.-25.7.
PONEDELJEK	Z: Dietni močnik s pirino moko in čokoladnim posipom (Gpš, J) K: Testenine z eko bologneze omako, pisano zelje v solati(Gpš, M, J) PM: breskve (/)	Z: Dietni riž s cimetovim posipom /polbel kruh(Gpš) K: Rižota s sezonsko zelenjavo, zelena solata s paradižnikom (/) PM: Banane (/)	Z: Dietna prosena kaša s suhimi slivami(Gpš) K: Rižota s piščančjim mesom in sezonsko zelenjavo, zelena solata z lečo (/) PM: štručka(Gpš)	Z: Dietni koruzni zдроб s kokosom (/) K: Dušen riž, piščančji zrezki v bučkini omaki, zelena solata (/) PM: Lubenica in melona (/)	Z: Dietni ajdov močnik s čokoladnim posipom(Gpš) K: Rižota s puranjim mesom in sezonsko zelenjavo, zelje v solati (/) PM: Breskve in melona (/)
TOREK	Z: Dietni namaz, sveža paprika, polnozrnat kruh (Gpš) K: Kumare v dietni omaki, dietni pire krompir, polpeti iz ovsenih kosmičev in perutninskega mesa (Gpš, J) PM: štručka(Gpš, SS)	Z: Dietni namaz, svež paradižnik, koruzni kruh(Gpš, J) K: Testenine z milansko omako, rdeča pesa (Gpš, J) *svinjina PM: rižev desert (/)	Z: Dietni namaz, svež paradižnik, polnozrnat kruh(Gpš) K: Piščančji zrezek po dunajsko, pečen krompirček, paradižnikova solata(Gpš, J) PM: Banane in maline (/)	Z: Temna štručka, kokosov napitek(Gpš) K: Kumare v omaki, dietni pire krompir, zelenjavni polpet(Gpš, J) PM: Domač dietni jabolčni zavitek(Gpš)	Z: Dietni namaz, rdeča redkvice, ovsen kruh(Gpš) K: Špinačna dietna lasanja, zelena solata s fižolom(Gpš) PM: Domače dietno pecivo(Gpš,J)
SREDA	Z: Piščančje prsi, svež paradižnik, ovsen kruh(Gpš) K: Domača pica s puranjo šunko, redčen 100% jabolčni sok (Gpš,M) PM: kokosov desert(/)	Z: Ajdov kruh, piščančja salama, sveža paprika(Gpš) K: Eko goveji golaž, polenta, zelena solata (/) PM: Sezamova štručka(Gpš, SS)	Z: Črn kruh, puranje prsi, sveža paprika(Gpš) K: Makaronovo meso (eko meso), kitajsko zelje v solati(Gpš) PM: rižev desert (/)	Z: Ržen kruh, umešana jajčka, paradižnik(Gpš, J) K: Testenine z perutninsko bologneze omako, rdeča pesa v solati(Gpš, J) PM: Breskve (/)	Z: Pirin kruh, piščančje prsi, sveža paprika (Gpš) K: Domača dietna pica s puranjo šunko, domača limonada(Gpš) PM: Kokosov desert (/)
ČETRTEK	Z: Margarina, med, kokosov napitek, črn kruh(Gpš) K: Kremna dietna bučkina juha, file lososa po tržaško, zelenjavni narastek (Gpš, J, R2) PM: Domača dietna sadna kupa s sezonskim sadjem (/)	Z: Polnozrnat kruh, dietni sir, sveža kumara (Gpš) K: Tunini polpeti z ovsenimi kosmiči, špinača, dietni pire krompir (Gpš, J, R2) PM: Domač sadni kompot (/)	Z: margarina, slivov džem, kokosov napitek, kruh s semeni (Gpš, M) K: Njoki v dietni smetanovi omaki z lososom, rukola z mozzarello(Gpš, R2) PM: Breskve in lubenica (/)	Z: Dietni namaz, sveža bučka, ajdov kruh(Gpš, M) K: Dietna pastirska pita s severnoafriškim čopovcem, zelena solata s paradižnikom(Gpš, R2) PM: Dietno pecivo (/)	Z: Margarina, jagodna marmelada, rižev napitek, ajdov kruh (Gpš) K: Kremna dietna zelenjavna juha, file oslička po tržaško, krompirjeva solata (Gpš, R2) PM: štručka(Gpš, SS)
PETEK	Z: Eko telečje hrenovke, gorčica/kečap, kruh s semeni(Gpš,SS) K: Lečina enolončnica, polbel kruh, dietno pecivo(Gpš) PM: štručka(Gpš)	Z: Makova štručka, kokosov napitek(Gpš) K: Piščančja obara, polbel kruh, dietni sladoled (Gpš) PM: Breskve(/)	Z: Tuna, sveža kumarica, koruzni kruh(Gpš, R2) K: Eko zelenjavna enolončnica s puranjim mesom, polbel kruh, dietna pena s sadjem(Gpš) PM: Sezamova štručka(Gpš, SS)	Z: Kruh s semeni,dietni sir, svež paradižnik(Gpš, M) K: Boranja (*svinjina), polbel kruh, dietno pecivo(Gpš) PM: Banane(/)	Z: Ržen kruh, piščančja hrenovka, kečap/gorčica (Gpš) K: Pasulj z vratovino (*svinjina), polbel kruh, dietno pecivo (Gpš) PM: Lubenica in banana (/)

Pridružujemo 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