

JULIJ

DIETA OREŠČKI



	30.6.-4.7.	7.7.-11.7.	14.7.-18.7.	21.7.-25.7.	21.7.-25.7.
PONEDELJEK	Z: Mlečni močnik s pirino moko in čokoladnim posipom (Gpš, M, J) K: Testenine z eko bologneze omako, parmezan, pisano zelje v solati(Gpš, M, J) PM: breskve (/)	Z: Mlečni riž s cimetovim posipom / polbel kruh(Gpš, M) K: Rižota s sezonsko zelenjavo, zelena solata s paradižnikom (/) PM: Banane (/)	Z: Mlečna prosena kaša s suhimi slivami(Gpš, M) K: Rižota s piščančjim mesom in sezonsko zelenjavo, zelena solata z lečo (/) PM: Mlečni rogljiček(Gpš, M)	Z: Mlečni koruzni zdrob s kokosom (M) K: Dušen riž, piščančji zrezki v bučkini omaki, zelena solata (/) PM: Lubenica in melona (/)	Z: Mlečni ajdov močnik s čokoladnim posipom(Gpš, M) K: Rižota s puranjim mesom in sezonsko zelenjavo, zelje v solati (/) PM: Breskve in melona (/)
TOREK	Z: Domač tunin namaz, sveža paprika, polnozrnat kruh (Gpš, M, R2) K: Kumare v omaki, pire krompir, polpeti iz ovsenih kosmičev in perutninskega mesa (Gpš, M, J) PM: Makova štručka(Gpš, M, SS)	Z: Domač jajčni namaz, svež paradižnik, koruzni kruh(Gpš, M, J) K: Testenine z milansko omako, rdeča pesa (Gpš, M, J) *svinjina PM: Skutina pena s sadnim prelivom(M)	Z: Domač avokadov namaz, svež paradižnik, polnozrnat kruh(Gpš, M) K: Piščančji zrezek po dunajsko, pečen krompirček, paradižnikova solata(Gpš, M, J) PM: Banane in maline (/)	Z: Sirova štručka, naravni jogurt(Gpš, M) K: Kumare v omaki, pire krompir, zelenjavni polpet(Gpš, M, J) PM: Domač jabolčni zavitek(Gpš, M)	Z: Domač skutin namaz z zelišči, rdeča redkvice, ovsen kruh(Gpš, M) K: Špinačna lazanja, zelena solata s fižolom(Gpš, M) PM: Domače jogurtovo pecivo s svežim sadjem(Gpš, M,J)
SREDA	Z: Piščančje prsi, svež paradižnik, ovsen kruh(Gpš) K: Domača pica s puranjo šunko, redčen 100% jabolčni sok (Gpš,M) PM: Grški jogurt z sadnim prelivom(Gpš, M)	Z: Ajdov kruh, piščančja salama, sveža paprika(Gpš, M,) 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), parmezan, kitajsko zelje v solati(Gpš, M) PM: Grški jogurt s sadnim prelivom(M)	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 pica s puranjo šunko, domača limonada(Gpš, M) PM: Skutina pena s sadnim prelivom(M)
ČETRTEK	Z: Maslo, med, mleko, črn kruh(Gpš, M) K: Kremna bučkina juha, file lososa po tržaško, zelenjavni narastek (Gpš, M, J, R2) PM: Domača sadna kupa s sezonskim sadjem (M)	Z: Polnozrnat kruh, sir, sveža kumara (Gpš, M) K: Tunini polpeti z ovsenimi kosmiči, špinača, pire krompir (Gpš, M, J, R2) PM: Domač sadni kompot (/)	Z: Kisla smetana, slivov džem, mleko, kruh s semeni (Gpš, M) K: Njoki v smetanovi omaki z lososom, rukola z mozzarello(Gpš, M, R2) PM: Breskve in lubenica (/)	Z: Domač goveji namaz, sveža bučka, ajdov kruh(Gpš, M) K: Pastirska pita s severnoafriškim čopovcem, zelena solata s paradižnikom(Gpš, M, R2) PM: Domač rižev narastek(J)	Z: Maslo, jagodna marmelada, mleko, ajdov kruh (Gpš, M) K: Kremna zelenjavna juha, file oslička po tržaško, krompirjeva solata (Gpš, R2) PM: Makova štručka(Gpš, M, SS)
PETEK	Z: Eko telečje hrenovke, gorčica/kečap, kruh s semeni(Gpš,SS) K: Lečina enolončnica, polbel kruh, jogurtova strjenka(Gpš, M) PM: Sirova štručka(Gpš, M)	Z: Makova štručka, eko bela kava(Gpš, M) K: Piščančja obara, polbel kruh, sladoled (Gpš, M) PM: Breskve(/)	Z: Tuna, sveža kumarica, koruzni kruh(Gpš, R2) K: Eko zelenjavna enolončnica s puranjim mesom, polbel kruh, skutina pena s sadjem(Gpš, M) PM: Sezamova štručka(Gpš, SS)	Z: Kruh s semeni, sirni krožnik(poltrdi sir, mozzarella), svež paradižnik(Gpš, M) K: Boranja (*svinjina), polbel kruh, pecivo iz albert keksov in jabolk(Gpš, M) PM: Banane(/)	Z: Ržen kruh, piščančja hrenovka, kečap/gorčica (Gpš) K: Pasulj z vratovino (*svinjina), polbel kruh, panna cotta (Gpš, M) 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