



JEDILNIK

ZA 1. IN 2. STAROSTNO OBDOBJE

5. – 9. JULIJ 2021	DAN	ZAJTRK	KOŠILO	POP. MALICA
	PONEDELJEK	SADNI JOGURT, KOSMIČI Vsebuje: mleko <i>Dieta (I): ovsen napitek, kosmiči</i>	ČEVAPČIČI, GRŠKA SOLATA, PEČEN KROMPIRČEK, SLADOLED Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): čevapčiči, grška solata brez mlečnih izdelkov, pečen krompirček, sladoled na vodni osnovi</i>	SADJE, ČRN KRUH Vsebuje: gluten (pšenica)
	TOREK	PIŠČANČJA PAŠTETA, ČRN KRUH Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): namaz brez alergenov, črn kruh</i>	RIŽOTA S PURANJIM MEŠOM, PAPRIKO IN BUČKAMI, RUKOLA Z MOZZARELLO Vsebuje: mleko <i>Dieta (I): rižota iz pire s puranjim mesom, papriko in bučkami, rukola</i>	PALAČINKE Z MARMELADO, LIMONADA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta (J,I): dietne palačinke z marmelado, limonada</i>
	SREDA	MLEČNA PROSENA KAŠA S ČOKOLADNIM POSIPOM / POLBEL KRUH Vsebuje: mleko, gluten (pšenica) <i>Dieta (I): dietna proseka kaša s čokoladnim posipom</i>	ŠTEFANI PEČENKA, PRAŽEN KROMPIR, LEČA V SOLATI S PARADIŽNIKOM Vsebuje: gluten (pšenica), jajca <i>Dieta (J): dietna štefani pečenka, pražen krompir, leča v solati s paradižnikom</i> <i>Dieta (S): štefani pečenka, pražen krompir, paradižnik v solati</i>	SADNI JOGURT, POLBEL KRUH Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): ovsen napitek, polbel kruh</i>
	ČETRTEK	POLBEL KRUH, SIRNI NAMAZ Z ZELENJAVO, SVEŽA PAPRIKA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): polbel kruh, dietni namaz z zelenjavo, sveža paprika</i>	RIBJI POLPETI (severnoafriški čopovec), PIRE KROMPIR, BLITVA V OMAKI Vsebuje: ribe, mleko, jajca <i>Dieta (I,J): dietni ribji polpeti, dietni pire krompir, dietna blitva v omaki</i>	LIMONADA, MAFINI Vsebuje: gluten (pšenica), jajca, mleko <i>Dieta (J,I): dietni mafini, limonada</i>
	PETEK	AJDOV KRUH, PIŠČANČJE PRSI, SVEŽA KUMARICA Vsebuje: gluten (pšenica)	SIROVI TORTELINI Z ZELENJAVNO OMAKO, PECIVO IZ KEKSOV, JABOLK IN PUDINGA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta (J,I): dietni nonini njoki z zelenjavno omako, dietno pecivo s sadjem</i>	PIRINA ŽEMLJICA, DOMAČA VODA Z OKUSOM Vsebuje: gluten (pšenica, pira)

ZELENA-lokalnega izvora ali EKO

Dopoldanska malica je sestavljena iz sezonskega sadja, z dodatkom zelenjave in suhega sadja.

Diete: J-jajca, O-oreščki, S-soja, čičerika, leča, grah, pistacija, rdeče grozdje, l-mleko, jabolka, riž, soja, škampi, arašidi, oreščki

Dnevno je otrokom na voljo voda in manj sladkan čaj. Za prvo starostno obdobje (1-2 leti) je hrana drobno narezana. Za pripravo obrokov uporabljamo sezonsko sadje in zelenjavo.

Dietni obroki za otroke se pripravljajo na osnovi zdravniškega potrdila uradne medicine in v skladu z internimi navodili Vrtca Hrastnik.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnikov zaradi objektivnih razlogov.

Jedilnik sestavila: Dunja Volavšek, organizatorica prehrane in ZHR v sodelovanju s Komisijo za prehrano Vrtca Hrastnik



JEDILNIK

ZA 1. IN 2. STAROSTNO OBDOBJE

12. – 16. JULIJ 2021	DAN	ZAJTRK	KOSILO	POP. MALICA
	PONEDELJEK	RŽEN KRUH, KUHAN PRŠUT, KISLA KUMARICA Vsebuje: gluten (pšenica)	DUŠENI GOVEJI ZREZEK V KORENČKOVIM OMAKI, PIRE KROMPIR, ZELENA SOLATA Z JAJČKO Vsebuje: jajca, mleko <i>Dieta (J, I): Dušeni goveji zrezki v korenčkovi omaki, dietni pire krompir, zelena solata</i>	OVSENI KRUH, JOGURT PROBIOTIČNI ŽITNI Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta(I): ovsen kruh, kokosov desert</i>
	TOREK	UMEŠANA JAJČKA, SVEŽ PARADIŽNIK, POLBEL KRUH Vsebuje: jajca, gluten (pšenica) <i>Dieta (J): jajčni nadomestek-vmešana jajčka, svež paradižnik, polbel kruh</i>	ZAPEČENE TESTENINE S PURANJIM MESOM, ČIČERIKINA SOLATA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta (J,I): dietne zapečene testenine s puranjim mesom, čičerikina solata</i> <i>Dieta (S): zapečene testenine s puranjim mesom, paradižnikova solata</i>	MARMORNI KOLAČ, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica), jajca, mleko <i>Dieta (J,I): dietni marmorni kolač, sadje</i>
	SREDA	MLEČNI KORUZNI ZDROB S KOKOSOM / ČRN KRUH Vsebuje: mleko, gluten (pšenica), oreščki <i>Dieta (I): koruzni zdrob na ovsenem mleku</i> <i>Dieta(O): mlečni koruzni zdrob</i>	PASULJ, ČRN KRUH, MARELIČNI CMOKI Z DROBTINAMI Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta(I,J): pasulj, črn kruh, dietne palačinke z marmelado</i>	DOMAČA VODA Z OKUSOM, POLNOZRNATA ŽEMLJICA Vsebuje: gluten (pšenica)
	ČETRTEK	FRANCOSKI ROGLJIČEK, KAKAV Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta(M): dietni rogljiček, kokosov napitek</i> <i>Dieta (I): dietni rogljiček, ovsen napitek</i>	KREMNA JUHA IZ BLITVE, LOSOS PO TRŽAŠKO, TESTENINSKA SOLATA Vsebuje: riba, mleko, gluten (pšenica), jajca <i>Dieta(J,I): dietna kremna juha iz blitve, losos po tržaško, dietna testeninska solata</i>	AJDOVA ŽEMLJICA, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	PETEK	BEL KRUH, MASLO IN MARMELADA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): bel kruh, dietna margarina, marmelada</i>	DOMAČA PICA, JOGURTOVA STRJENKA S SADNIM PRELIVOM Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta(I): dietna domača pica, ovsen desert s sadnim prelivom</i>	MLEČNI KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): bel kruh, sadje</i>

ZELENA-lokalnega izvora ali EKO

Dopoldanska malica je sestavljena iz sezonskega sadja, z dodatkom zelenjave in suhega sadja.

Diete: J-jajca, O-oreščki, S-soja, čičerika, leča, grah, pistacija, rdeče grozdje, I-mleko, jabolka, riž, soja, škampi, arašidi, oreščki

Dnevno je otrokom na voljo voda in manj sladkan čaj. Za prvo starostno obdobje (1-2 leti) je hrana drobno narezana. Za pripravo obrokov uporabljamo sezonsko sadje in zelenjavo.

Dietni obroki za otroke se pripravljajo na osnovi zdravniškega potrdila uradne medicine in v skladu z internimi navodili Vrtca Hrastnik.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnikov zaradi objektivnih razlogov.

Jedilnik sestavila: Dunja Volavšek, organizatorica prehrane in ZHR v sodelovanju s Komisijo za prehrano Vrtca Hrastnik



JEDILNIK

ZA 1. IN 2. STAROSTNO OBDOBJE

DAN	ZAJTRK	KOSILO	POP. MALICA	
19. – 23. JULIJ 2021	PONEDELJEK	POLNOZRNATA ŽEMLJICA, PIŠČANČJA SALAMA, SIR, SVEŽA KUMARICA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta(I): polnozrnata žemljica, pišč.salama, sirni nadomestek, sveža kumarica</i>	BORANJA, POLENTA, SKUTINA PENA S SADJEM Vsebuje: mleko, gluten (pšenica) <i>Dieta (I): boranja, polenta, riževa smetana s sadjem</i>	GRISINI* kruh, SADJE Vsebuje: gluten(pšenica)
	TOREK	KORUZNI KRUH, TUNA V OLJU, PAPRIKA Vsebuje: gluten(pšenica), riba	TESTENINE Z BUČKINO OMAKO, PARMEZAN, RDEČA PESA V SOLATI Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): testenine z bučkino omako, rdeča pesa v solati</i>	POLBEL KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	SREDA	MLEČNI MOČNIK S ČOKOLADNIM POSIPOM / POLBEL KRUH Vsebuje: mleko, gluten (pšenica) <i>Dieta (I,J): dietni močnik na ovsene mleku s čokoladnim posipom</i>	SVINJSKI ZREZKI V NARAVNI OMAKI, KRUHOV CMOK, ZELJE V SOLATI Vsebuje: gluten (pšenica), jajca <i>Dieta(J): sv. Zrezki v naravni omaki, dietni kruhov cmok, zelje v solati</i>	BUHTELJ, LIMONADA Vsebuje: gluten (pšenica), jajca, mleko <i>Dieta(J, I): dietni buhtelj, limonada</i>
	ČETRTEK	OVSEN KRUH, HRENOVKA PURANJA, GORČICA Vsebuje: gluten (pšenica)	RIBJI FILE PO DUNAJSKO, PIRE KROMPIR, ŠPINAČA V OMAKI, DOMAČA VODA Z OKUSOM Vsebuje: gluten (pšenica), riba, jajca, mleko <i>Dieta(J): ribji file po tržaško, dietni pire krompir, dietna špinača, domača voda z okusom</i>	JOGURTOVA SMETANA S SADJEM, OVSENI KRUH Vsebuje: mleko, gluten (pšenica) <i>Dieta(I):ovsen desert s kakavom, ovseni kruh</i>
	PETEK	AJDOV KRUH, SIRNI NAMAZ S TUNO, PARADIŽNIK Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta(I): ajdov kruh, dietni namaz, paradižnik</i>	KREMNA JUHA IZ CVETAČE, SKUTINI ŠTRUKLJI Z DROBTINAMI Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta(J,I): dietna kremna juha iz cvetače, dietni nonini njoki z drobtinami</i>	POLBELA ŽEMLJICA, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)

ZELENA-lokalnega izvora ali EKO

Dopoldanska malica je sestavljena iz sezonskega sadja, z dodatkom zelenjave in suhega sadja.

Dieta: J-jajca, O-oreščki, S-soja, čičerika, leča, grah, pistacija, rdeče grozdje, I-mleko, jabolka, riž, soja, škampi, arašidi, oreščki

Dnevno je otrokom na voljo voda in manj sladkan čaj. Za prvo starostno obdobje (1-2 leti) je hrana drobno narezana. Za pripravo obrokov uporabljamo sezonsko sadje in zelenjavo.

Dietni obroki za otroke se pripravljajo na osnovi zdravniškega potrdila uradne medicine in v skladu z internimi navodili Vrtca Hrastnik.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnikov zaradi objektivnih razlogov.

Jedilnik sestavila: Dunja Volavšek, organizatorica prehrane in ZHR v sodelovanju s Komisijo za prehrano Vrtca Hrastnik



JEDILNIK

ZA 1. IN 2. STAROSTNO OBDOBJE

26. – 30. JULIJ 2021	DAN	ZAJTRK	KOSILO	POP. MALICA
	PONEDELJEK	SIROVA ŠTRUČKA, MLEKO Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): pirina žemljica, ovsen napitek</i>	ČESNOVA JUHA, PASTIRSKA PITA, ZELENA SOLATA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta(J,I): dietna česnova juha, dietna pastirska pita, zelena solat</i>	PISAN KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	TOREK	RŽEN KRUH, PURANJE PRSI, PARADIŽNIK Vsebuje: gluten (pšenica)	RIŽOTA IZ TREH ŽIT S PURANJIM MESOM IN SVEŽO ZELENJAVO, RUKOLA V SOLATI Z MOZZARELLO Vsebuje: gluten (pira), mleko <i>Dieta(I): rižota iz pire s puranjim mesom in svežo zelenjavo, rukola v solati</i>	100% SADNI SOK, MLEČNA ŠTRUČKA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (M,I): 100% sadni sok, ovsena žemljica</i>
	SREDA	MLEČNI RIŽ S ČOKOLADNIM POSIPOM / ČRN KRUH Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): mlečni zdrob na ovsenem mleku s čokoladnim posipom</i>	ENOLONČNICA S STROČJIM FIŽOLOM, ČRN KRUH, PISANO ZELJE V SOLATI Vsebuje: gluten (pšenica), jajca, mleko <i>Dieta(J, I): enolončnica s stročjim fižolom črn kruh, dietno pecivo</i>	ČRN KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	ČETRTEK	AJDOV KRUH, OTROŠKA PAŠTETA Vsebuje: gluten (pšenica) <i>Dieta(I): ajdov kruh, dietna pašteta</i>	MAKARONI S TUNINO-PARADIŽNIKOVO OMAKO, RDEČA PESA V SOLATI Vsebuje: gluten (pšenica), riba	SADNO-ŽITNA PLOŠČICA, LIMONADA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): dietni piškoti, limonada</i>
	PETEK	PIRIN KRUH, KUHAN PRŠUT, SVEŽA KUMARICA Vsebuje: gluten (pšenica, pira)	ČUFTI V PARADIŽNIKOVI OMAKI, PIRE KROMPIR, ZELENA SOLATA Z LEČO, SKUTINA PENA Z JAGODAMI Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta(I): dietni čufti v paradižnikovi omaki, dietni pire krompir, zelena solata z lečo, ovsen desert z vanilijo</i> <i>Dieta(J): dietni čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, zelena solata z lečo, skutina pena z jagodami</i> <i>Dieta(S): čufti v paradižnikovi omaki, pire krompir, zelena solata, skutina pena z jagodami</i>	BEL KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)

ZELENA-lokalnega izvora ali EKO

Dopoldanska malica je sestavljena iz sezonskega sadja, z dodatkom zelenjave in suhega sadja.

Diete: J-jajca, O-oreščki, S-soja, čičerika, leča, grah, pistacija, rdeče grozdje, I-mleko, jabolka, riž, soja, škampi, arašidi, oreščki

Dnevno je otrokom na voljo voda in manj sladkan čaj. Za prvo starostno obdobje (1-2 leti) je hrana drobno narezana. Za pripravo obrokov uporabljamo sezonsko sadje in zelenjavo.

Dietni obroki za otroke se pripravljajo na osnovi zdravniškega potrdila uradne medicine in v skladu z internimi navodili Vrtca Hrastnik.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnikov zaradi objektivnih razlogov.

Jedilnik sestavila: Dunja Volavšek, organizatorica prehrane in ZHR v sodelovanju s Komisijo za prehrano Vrtca Hrastnik



JEDILNIK

ZA 1. IN 2. STAROSTNO OBDOBJE

2. – 6. AVGUST 2021	DAN	ZAJTRK	KOSILO	POP. MALICA
	PONEDELJEK	SADNI TEKOČI JOGURT, KORUZNI KOSMIČI Vsebuje: mleko <i>Dieta (I): ovsen napitek, koruzni kosmiči</i>	KROMPIRJEV GOLAŽ, POLBEL KRUH, KOLAČ IZ PROSENE KAŠE IN SKUTE Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta(J,I): krompirjev golaž, polbel kruh, dietno pecivo</i>	GRISINI, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	TOREK	UMEŠANA JAJČKA, SVEŽA PAPRIKA, ČRN KRUH Vsebuje: jajca, gluten (pšenica) <i>Dieta (J): jajčni nadomestek-umešana jajčka, sveža paprika, črn kruh</i>	ŠIROKI REZANCI, PIŠČANČJI RAGU, MOTOVILEC V SOLATI Vsebuje: gluten (pšenica)	PALAČINKE Z MARMELADO, LIMONADA Vsebuje: gluten (pšenica), jajca, mleko <i>Dieta (J,I): dietne palačinke z marmelado, limonada</i>
	SREDA	MLEČNI PIRIN ZDROB S ČOKOLADNIM POSIPOM / POLBEL KRUH Vsebuje: gluten (pira, pšenica), mleko <i>Dieta(I): pirin zdrob na ovsenem napitku</i>	GOVEJI ZREZKI V NARAVNI OMAKI, RIŽ Z GRAHOM, SOLATA Vsebuje: / <i>Dieta (I): goveji zrezek v naravni omaki, pira z graham, solata</i>	POLBEL KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	ČETRTEK	AJDOV KRUH, KUHAN PRŠUT, KISLA KUMARICA Vsebuje: gluten (pšenica)	CVETAČNA KREMNA JUHA, TUNINI POLPETI, PEČEN KROMPIRČEK Vsebuje: gluten (pšenica), jajca <i>Dieta (J): cvetačna kremna juha, dietni tunini polpeti, pečen krompirček</i>	DOMAČ VANILIJEV PUDING S SMETANO, GRISINI*kruh Vsebuje: gluten (pšenica), mleko
	PETEK	BEL KRUH, SIRNI NAMAZ S PAPRIKO, MLEKO Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): bel kruh, dietni namaz, ovsen napitek</i>	PIŠČANČJE KRAČE, ZELJNE KRPIČE, SOLATA S FIŽOLOM Vsebuje: /	PIRIN KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica, pira)

ZELENA-lokalnega izvora ali EKO

Dopoldanska malica je sestavljena iz sezonskega sadja, z dodatkom zelenjave in suhega sadja.

Diete: J-jajca, O-oreščki, M-mleko, S-soja, čičerika, leča, grah, pistacija, rdeče grozdje, I-mleko, jabolka, riž, soja, škampi, arašidi, oreščki

Dnevno je otrokom na voljo voda in manj sladkan čaj. Za prvo starostno obdobje (1-2 leti) je hrana drobno narezana. Za pripravo obrokov uporabljamo sezonsko sadje in zelenjavo.

Dietni obroki za otroke se pripravljajo na osnovi zdravniškega potrdila uradne medicine in v skladu z internimi navodili Vrtca Hrastnik.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnikov zaradi objektivnih razlogov.

Jedilnik sestavila: Dunja Volavšek, organizatorica prehrane in ZHR v sodelovanju s Komisijo za prehrano Vrtca Hrastnik



JEDILNIK

ZA 1. IN 2. STAROSTNO OBDOBJE

9. – 13. AVGUST 2021	DAN	ZAJTRK	KOSILO	POP. MALICA
	PONEDELJEK	BEL KRUH, REZINA SIRA, SVEŽA PAPRIKA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): bel kruh, sirni nadomestek, sveža paprika</i>	ZELENJAVNA RIŽOTA, RDEČA PESA V SOLATI, SLADOLED Vsebuje: mleko <i>Dieta(I): zelenjavna rižota iz pire, rdeča pesa v solati, sladoled na vodni osnovi</i>	POLBEL KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	TOREK	POLNOZRNAT KRUH, KISLA SMETANA, MARMELEDA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): polnozrnat kruh, dietna margarina, marmelada</i>	MUSAKA, ZELJE V SOLATI Vsebuje: gluten(pšenica), jajca, mleko <i>Dieta(I,J): dietna musaka, zelje v solati</i>	BUHTELJ, DOMAČA VODA Z OKUSOM Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta (J,I): dietni buhtelj, domača voda z okusom</i>
	SREDA	MLEČNA PROSENA KAŠA S ČOKOLADNIM POSIPOM / ČRN KRUH Vsebuje: mleko, gluten (pšenica) <i>Dieta (I): prosena kaša na ovsemem napitku</i>	TESTENINE Z MILANSKO OMAKO, SOLATA S KORUZO Vsebuje: gluten (pšenica) <i>Dieta (S): testenine z milansko omako brez graha, rdeča pesa v solati</i>	100% SADNI SOK, ČRN KRUH Vsebuje: gluten (pšenica)
	ČETRTEK	MAKOVA ŠTRUČKA, BELA KAVA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): polbela žemljica, ovsen napitek</i>	RIBJI FILE (novozelandski repak) PO TRŽAŠKO, KROMPIR V KOSIH, KUHANA ZELENJAVA Vsebuje: riba	POLBEL KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	PETEK	PIRIN KRUH, ČOKOLADNI NAMAZ Vsebuje: gluten (pšenica, pira), oreščki(lešniki), mleko <i>Dieta (O,I): pirin kruh, dietni čokoladni namaz</i>	PURANJA OBARA S PIRINIMI ŽLIČNIKI, BEL KRUH, ZDROBOV NARASTEK S SKUTO Vsebuje: gluten (pšenica, pira), mleko, jajca <i>Dieta (j,I): puranja obara z dietnimi žličniki, bel kruh, dietno pecivo</i>	OVSENA ŠTRUČKA, SADNI PROBIOTIČNI JOGURT Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta(I): ovsena štručka, ovsen desert s kakavom</i>

ZELENA-lokalnega izvora ali EKO

Dopoldanska malica je sestavljena iz sezonskega sadja, z dodatkom zelenjave in suhega sadja

Diete: J-jajca, O-oreščki, S-soja, čičerika, leča, grah, pistacija, rdeče grozdje, I-mleko, jabolka, riž, soja, škampi, arašidi, oreščki

Dnevno je otrokom na voljo voda in manj sladkan čaj. Za prvo starostno obdobje (1-2 leti) je hrana drobno narezana. Za pripravo obrokov uporabljamo sezonsko sadje in zelenjavo.

Dietni obroki za otroke se pripravljajo na osnovi zdravniškega potrdila uradne medicine in v skladu z internimi navodili Vrtca Hrastnik.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnikov zaradi objektivnih razlogov.

Jedilnik sestavila: Dunja Volavšek, organizatorica prehrane in ZHR v sodelovanju s Komisijo za prehrano Vrtca Hrastnik



JEDILNIK

ZA 1. IN 2. STAROSTNO OBDOBJE

16. – 20. AVGUST 2021	DAN	ZAJTRK	KOSILO	POP. MALICA
	PONEDELJEK	RŽEN KRUH, MASLO, MARMELADA, MLEKO Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): ržen kruh, dietna margarina, marmelada, ovsen napitek</i>	KREMNA ŠPINAČA, PIRE KROMPIR, EKO TELEČJA HRENOVKE Vsebuje: mleko <i>Dieta (I): dietna kremna špinača, dietni pire krompir, eko telečja hrenovka</i>	DOMAČ ŠTRUDELJ, LIMONADA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): dietni domač štrudelj, limonada</i>
	TOREK	ČRNI KRUH, PURANJE PRSI, SVEŽ PARADIŽNIK Vsebuje: gluten (pšenica)	POLNJENA PAPRIKA PO DOMAČE, ČRN KRUH MILERAM PECIVO Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta (I,J): polnjene paprika po domače (brez alergenov), črn kruh, dietno pecivo</i>	PISAN KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	SREDA	MLEČNI RIŽ S ČOKOLADNIM POSIPOM / POLBEL KRUH Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): pšenični zdrob na ovsenem mleku</i>	PASULJ S KRANJSKO KLOBASO, POLBEL KRUH, PALAČINKE Z MARMELADO Vsebuje: gluten (pšenica), jajca, mleko <i>Dieta (I,M): pasulj s krajnsko klobaso, polbel kruh, dietne palačinke z marmelado</i>	POLBEL KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	ČETRTEK	SADNI TEKOČI JOGURT, KORUZNI KOSMIČI / polbel kruh Vsebuje: mleko <i>Dieta (I): ovsen napitek, koruzni kosmiči</i>	RIBJI FILE PO DUNAJSKO, KROMPIR V KOSIH, KUHAN ZELENJAVA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta (J,I): ribji file po tržaško, krompir v kosih, kuhana zelenjava</i>	GRISINI, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	PETEK	OVSENI KRUH, DOMAČ NAMAZ (grški jogurt, mileram, drobnjak) Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): ovsen kruh, dietni namaz</i>	DOMAČA PICA, SLADOLED Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): dietna domača pica, sladoled na vodni osnovi</i>	OVSENI KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)

ZELENA-lokalnega izvora ali EKO

Dopoldanska malica je sestavljena iz sezonskega sadja, z dodatkom zelenjave in suhega sadja.

Diete: J-jajca, O-oreščki, M-mleko, S-soja, čičerika, leča, grah, pistacija, rdeče grozdje, I-mleko, jabolka, riž, soja, škampi, arašidi, oreščki

Dnevno je otrokom na voljo voda in manj sladkan čaj. Za prvo starostno obdobje (1-2 leti) je hrana drobno narezana. Za pripravo obrokov uporabljamo sezonsko sadje in zelenjavo.

Dietni obroki za otroke se pripravljajo na osnovi zdravniškega potrdila uradne medicine in v skladu z internimi navodili Vrtca Hrastnik.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnikov zaradi objektivnih razlogov.

Jedilnik sestavila: Dunja Volavšek, organizatorica prehrane in ZHR v sodelovanju s Komisijo za prehrano Vrtca Hrastnik



JEDILNIK

ZA 1. IN 2. STAROSTNO OBDOBJE

23. – 27. AVGUST 2021	DAN	ZAJTRK	KOSILO	POP. MALICA
	PONEDELJEK	MLEČNA ŠTRUČKA, NAVADNI JOGURT Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): polbela žemljica, ovsen desert z vanilijo</i>	ČEVAPČIČI, GRŠKA SOLATA, PEČEN KROMPIRČEK, SLADOLED Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): čevapčiči, dietna grška solata, pečen krompirček, sladoled na vodni osnovi</i>	POLNOZRNAT KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	TOREK	ČRN KRUH, PURANJA HRENOVKA, GORČICA Vsebuje: gluten (pšenica)	ŠPINAČNA LAZANJA, ZELENA SOLATA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta (I,J): dietna špinačna lazanja, zelena solata</i>	MLEČNI ROGLJIČEK, LIMONADA Vsebuje: gluten (pšenica), jajca, mleko <i>Dieta(I,J): dietni rogljiček, limonada</i>
	SREDA	MLEČNI PIRIN MOČNIK S ČOKOLADNIM POSIPOM / ČRN KRUH Vsebuje: mleko, gluten (pšenica), pira, jajca <i>Dieta (I): pirin močnik na ovsenem mleku</i> <i>Dieta(J): dietni pirin močnik s čokoladnim posipom</i>	BROKOLIJEVA KREMNA JUHA S KROGLICAMI, CARSKI PRAŽENEC Vsebuje: mleko, jajca, gluten (pšenica) <i>Dieta (I,J): dietna brokolijeva kremna juha s kroglicami, dietni carski praženec</i>	ČRN KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)
	ČETRTEK	RŽEN KRUH, KUHAN PRŠUT, SIR Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): ržen kruh, kuhan pršut, sirni nadomestek</i>	PIRINE TESTENINE S SMETANOVO-TUNINO OMAKO, MOTOVILEC V SOLATI Vsebuje: gluten (pšenica), mleko <i>Dieta (I): pirine testenine s smetanovo(ovsena)-tunino omako, motovilec v solati</i>	100% SADNI SOK, MAFINI s sadjem Vsebuje: gluten (pšenica), jajca, mleko <i>Dieta (J,I): 100%sadni sok, dietni mafin s sadjem</i>
	PETEK	UMEŠANA JAJČKA, SVEŽ PARADIŽNIK, AJDOV KRUH Vsebuje: gluten (pšenica), jajca <i>Dieta (J): vmešana jajčka (jajčni nadomestek), svež paradižnik, ajdov kruh</i>	PURANJI DUNAJSKI ZREZEK, PIRE KROMPIR, KUHAN ZELENJAVA, PANNA COTTA Vsebuje: gluten (pšenica), mleko, jajca <i>Dieta (J): dietni puranji zrezek po dunajsko, pire krompir, kuhana zelenjava, panna cotta</i> <i>Dieta (I): dietni puranji zrezek po dunajsko, dietni pire krompir, kuhana zelenjava, ovsen desert z vaniljo</i>	POLBEL KRUH, SADJE Vsebuje: gluten (pšenica)

ZELENA-lokalnega izvora ali EKO

Dopoldanska malica je sestavljena iz sezonskega sadja, z dodatkom zelenjave in suhega sadja.

Diete: J-jajca, O-oreški, M-mleko, S-soja, čičerika, leča, grah, pistacija, rdeče grozdje, I-mleko, jabolka, riž, soja, škampi, arašidi, oreški

Dnevno je otrokom na voljo voda in manj sladkan čaj. Za prvo starostno obdobje (1-2 leti) je hrana drobno narezana. Za pripravo obrokov uporabljamo sezonsko sadje in zelenjavo.

Dietni obroki za otroke se pripravljajo na osnovi zdravniškega potrdila uradne medicine in v skladu z internimi navodili Vrtca Hrastnik.

Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnikov zaradi objektivnih razlogov.

Jedilnik sestavila: Dunja Volavšek, organizatorica prehrane in ZHR v sodelovanju s Komisijo za prehrano Vrtca Hrastnik