

TEDENSKI JEDILNIK

od 19. do 23. 10. 2020



PONEDELJEK, 19. 10. 2020

DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
polnozrnat kruh ^{1,6} , nutela ^{7,5} , kakav ⁷	goveja juha ¹ , goveji zrezki, kus kus ¹ , zelena solata, nesladkan čaj ali voda	mešano sezonsko sadje, polnozrnat piškot ¹

TOREK, 20. 10. 2020

DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
sezam bombeta ¹ , suha salama ¹² , rezina paprike, planinski čaj	mešanica treh žit ¹ s piščančjim mesom in zelenjavo, cvetača ali koruza v solati, nesladkan čaj ali voda	jogurt ⁷ , mlečna rezina ^{1,7}

SREDA, 21. 10. 2020

DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
pica ¹ , sadje, čaj	fižolova mineštra, kruh, kokosove kocke ¹ , sok ali voda	jabolčni sok, krekerji ¹

ČETRTEK, 22. 10. 2020

DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
pisan kruh ¹ , polenovka (bakala) namaz ⁴ , sadni čaj	sirovi tortelini ¹ z bolonjsko omako, domača rdeča pesa nesladkan čaj ali voda	sadni kefir ⁷ , košček ajdovega kruha ¹

PETEK, 23. 10. 2020

DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
bela štručka ¹ , pečen pršut ¹² , sok	bučna kremna juha ^{1,7} , pica ¹ , nesladkan čaj ali voda	banana



Jedilnik pripravili:
M. Trampuž, vodja šolske prehrane in
Mateja Šturm, org. prehr in zhr (Vrtec Sežana)

Pri oblikovanju jedilnika upoštevamo priporočila strokovnih služb za zdravo in varno prehrano, želje naših učencev in sezonsko ponudbo živil. Učenci imajo v jedilnici na voljo vodo ali čaj ter sadje. Pri kosilu je učencem na voljo kruh. V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika. Hvala za razumevanje.

OPOZORILO: Obroki lahko vsebujejo alergene iz Priloge II Uredbe EU 1169/2011 in so označeni s kraticami: **1** Žita, ki vsebujejo gluten, zlasti: pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste, in proizvodi iz njih; **2** raki in proizvodi iz njih; **3** jajca in proizvodi iz njih; **4** ribe in proizvodi iz njih; **5** arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih; **6** zrnje soje in proizvodi iz njega; **7** mleko in mlečni proizvodi (ki vsebujejo laktozo); **8** oreški, in sicer: mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ali orehi Queensland ter proizvodi iz njih; **9** listna zelena in proizvodi iz nje; **10** gorčično seme in proizvodi iz njega; **11** sezamovo seme in proizvodi iz njega; **12** žveplov dioksid in 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. **Solata je začinjena z vinskim kisom**, ki vsebuje SO₂.

V kuhinjah Vrtca Sežana za soljenje jedi uporabljamo tradicionalno Piransko sol.

