

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PON, 4.10.	Pirin zdrob* na mleku (1,7), dušena jabolka s cimetom (/)	Lečina juha(/), bučke po dunajsko (1:pšenica, 3) rižota (3 žita) z dušeno zelenjavo (/), drobno narezana endivija in radič s krompirjem (/)	Čežana iz hušk in suhih sliv (/), črna žemlja BA (1:pšenica)
TOR, 5. 10.	Mlečni riž (7), naribana čokolada (/), melona (/)	Cvetačna* juha z jušnimi kroglicami (/), drobno narezan pečen svež file lososa (4), rezina limone*(/), pire krompir (7), rdeča pesa* (/)	Navadni kefir* (7), khorasan kruh *(1:pšenica, khorasan) ali sadna kaša s kefirjem (7), khorasan kruh* (1:khorasan)
SRE, 6. 10.	Sesekljeni ovseni kosmiči* na mleku* (7:oves,7), dušena hruška(/)	Pasulj (pasiran) (1:pšenica), kruh (1:pšenica, pira, oves), domači buhtelj s pirino polnozrnato moko* (1:pšenica, pira, 3,7), pomarančni sok (1 dl) (/), voda	Kaša: jabolko, kuhano korenje (/), polnozrnati grisini (1:pšenica)
ČET, 7. 10.	Prosenka kaša* na mleku* (7), narezane suhe slive(/)	Minijon korenčkova* juha (1:pšenica,3), grahovo meso (telečje meso*) (1:pšenica, 7), polenta (sledi glutena), dušen drobno narezan ohrovt v omaki (1:pšenica)	Domač smuti: sadje, sadno-zelenjavni sok (/), bebi piškot (1:pšenica)
PET, 8. 10.	Močnik iz koruzne moke* na mleku (3,7, sledi glutena), kaša iz breskev (/)	Zelenjavna juha z ajdovo kašo* (/), drobno narezan puranji file s smetanovo omako (1:pšenica,7), drobne testenine* (1:pšenica,3), kuhano baby korenje in cvetača (/)	Banana♥

*Uporabljena ekološka živila BA kruh brez aditivov in z manj soli ♥ za jedce je pred kuhinjo na voljo kruh(1:pšenica)

TEDEN OTROKA 2021 praznujemo od 04.10. do 10.10., naslov letošnje poslanice je RAZIGRAN UŽIVAJ DAN!



DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PON, 11. 10.	Sesekljeni ovseni kosmiči* na mleku* (7:oves,7), dušena hruška(/)	Grahova kremna juha (/), piščančji paprikaš (1:pšenica), kus kus (1:pšenica), kuhano baby korenje (/)	Kaša: hruška, kuhan pš.zdrob (1:pšenica), koruzni meš. kruh (1:pšenica)
TOR, 12. 10.	Prosenka kaša* na mleku (7), narezane suhe slive(/)	Ješprenjeva* mineštra z zelenjavo (1:ječmen), kruh* (1:pšenica, pira), domača pita z marelicami in skuto (pirina moka*) (1:pšenica, pira, 3,7), 1 dl jabolčni sok* (/), voda (/)	Kaša: jabolko* , breskev, kuhano korenje (/), ovsena mešana blazinica* (1:oves, pšenica)
SRE, 13. 10.	Mlečni riž (mleko*)(7), naribana čokolada (/), melona (/)	Cvetačna juha z ovsenimi kosmiči* (1:oves), drobno narezani telečji zrezki v zelenjavni omaki (1:pšenica, 9), RIZI BIZI (/), naribane bučke v omaki (/)	Mandarina(/), blazinica s korenčkom* (1:pšenica)
ČET, 14. 10.	Polenta* na mleku (7, sledi glutena), mandarina (/)	Goveja juha z rezanci (1:pšenica,3,9), drobno narezana kuhana govedina (9), pire krompir (7), dušeno sladko zelje v omaki (1:pšenica)	Vanilijevo mleko 1/1 (K.Flis) (7), navadni strojni keksi (1:pšenica, 3,7)
PET, 15. 10.	Močnik iz ajdove moke* na mleku* (jajca*) (3,7, sledi glutena), dušena jabolka (/)	Otroška juha (1:pšenica, 3,7), drobni polnozrnati makaroni v paradižnikovi omaki (1:pira, pšenica,3), riban trdi sir(7), rdeča pesa* (/)	Čežana iz jabolka in suhih sliv (/), pirin mešan kruh* (1:pira)
16. oktobra obeležujemo Svetovni dan hrane. V vrtcu si že nekaj let prizadevamo, da bi bilo odpadne hrane čim manj. Ker smo lahko z dobrim sodelovanjem bolj uspešni, vas prosimo, da dosledno javljate odsotnost otrok v aplikaciji WEB VRTEC.			

*Uporabljena ekološka živila BA kruh brez aditivov in z manj soli

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PON, 18. 10.	Prosenka kaša* na mleku* (7), narezane suhe slive(/)	Brokolijeva juha (/), dušeno drobno narezano piščančje meso (/), dušen rjavi riž z zelenjavo in kvinojo (/), zelenjavna priloga iz bučk in melancanov (/)	Domač smuti: sadje, sadno-zelenjavni sok (/), masleni keksi(1:pšenica)
TOR, 19. 10.	Pirin zdrob* s sesekljanimi ovsenimi kosmiči* na mleku(1:pira, ječmen, 7), dušena jabolka (/)	Porova* kremna juha s proseno kašo* (/), dušeno telečje meso v naravni omaki (1:pšenica), pire krompir (7), rdeča pesa*(/)	Čežana: jabolko, suhe slive (/), črn kruh (1:pšenica)
SRE, 20. 10.	Khorasan zdrob* na mleku* (1:khorasan,7), dušena hruška(/)	Fižolova mineštra (pasirano) z makaroni in korenjem (1:pšenica), kruh(1:pšenica), domača jabolčna puding rezina (1:pšenica,3,7), kompot (/)	LCA jogurt (7), koruzni mešani kruh (1:pšenica) ali sadna kaša z LCA jogurtom (7), koruzni mešan kruh (1:pšenica)
ČET, 21. 10.	Močnik iz pirine moke* na mleku (1:pira, 3,7), mandarina (/)	Juha iz hokaido buč z bučnimi semeni in bučnim oljem (/), polnozrnat drobni polžki z mesno omako (goveje meso) (1:pšenica,9), drobno narezana zelena solata s stročjim fižolom (/)	Kaša: hruška*, kuhana prosenka kaša (/), blazinica s korenčkom* (1:pšenica)
PET, 22. 10.	Mlečni riž (7), naribana čokolada (/), jabolko (/)	Paradižnikova kremna juha z rdečo lečo in rižem (/), domač zelenjavni polpet (1:pšenica, 3,7), pire krompir*(7), kremna špinaca s čičerikino moko (7)	Banana ♥

*Uporabljena ekološka živila ♥ za jedce je pred kuhinjo na voljo kruh(1:pšenica)

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PON, 25.10.	Močnik iz črne pirine moke* na mleku* (1:pšenica, 3, 7), kaša iz breskev (/)	Lečina juha (/), domači rahli zdrobovi žličniki z omako iz hokaido buče in strtih bučnih semen (1:pšenica, rž, 3, 12), kuhan brokoli in cvetača (/)	Čežana iz jabolk* (/), navadni strojni keksi (1:pšenica,3,7)
TOR, 26.10.	Sesekljeni ovseni kosmiči* na mleku* (7:oves,7), dušena hruška(/)	Ohrovtova kremna juha (/), mleto goveje meso* v omaki (1:pšenica), potlačen krompir (7), grahova omaka (/)	Kaša: banana, sadni jogurt (7), pisan kruh (1:pšenica)
SRE, 27.10.	Prosenka kaša* na mleku (7), narezane suhe slive(/)	Zelenjavna enolončnica »trojka« (1:pšenica), ržen kruh (1:pšenica), rižev narastek z jabolki (3,7), kompot iz jagodičevja (/)	Mandarina (/), mešan kruh (1:pšenica)
ČET, 28.10.	Pšenični polnozrnat zdrob* na mleku* (1:pšenica,7), naribana čokolada (/)	Juha iz hokaido buč z bučnimi semeni in bučnim oljem(7), polpet iz fileja svežega soma (1:pšenica,3,4,7), potlačen krompir (7), drobno narezana dušena narezana blitva z oljčnim oljem (/)	Kaša: hruška, kuhana prosenka kaša* (/), pirina blazinica z ovs.kosmiči* (1:pira, oves)
PET, 29.10.	Mlečni riž (7), dušena jabolka s cimetom (/)	Cvetačna juha z ovsen.kosmiči* (1:oves), omaka po milansko (1:pšenica), drobne testenine* (1:pšenica, pira), riban trdi sir (7), drobno narezana zelena solata (/)	Muffin z borovnicami* (1:pšenica), čaj (/) ali sadna kaša (jabolko, kuhana hokaido buča), koruzni kruh (1.pšenica)

*Uporabljena ekološka živila

Za dopoldansko malico imajo otroci na razpolago sveže sezonsko sadje in zelenjavo.

Sadje: jabolka, hruške, slive, jabolka, grozdje, banane, ananas, melona, kaki, mandarine, pomaranče.

Od tega vsak dan jabolka in še eno vrsto sadja.

Zelenjava: solatni listi, kuhan korenček, rdeča redkev, kislo zelje.

Od tega trenutno enkrat tedensko ponujamo jabolko ter še dve vrsti zelenjave, z namenom spoznavanja surove zelenjave in z namenom spodbujanja uživanja surove zelenjave.

Po posvetu z dobaviteljem o zrelosti sadja se iz seznama napisanega sadja in zelenjave vsak dan sestavi dopoldanski krožnik.

Za zabelo vseh solat se uporablja bio oljčno olje.

Za krepitev imunskega sistema z oktobrom pričnemo ponujati otrokom čaj, obogaten z ingverjem limono in medom.

Uporabljena ekološka živila: bio pirin zdrob, bio prosena kaša, bio ovseni kosmiči, bio ajdova kaša, bio pirina moka, bio ješprenj, bio ajdova moka, bio koruzni zdrob, bio khorasan zdrob, bio pšenični polnozrnat zdrob, bio koruzna moka, bio mleko, bio telečje meso, bio naravni kefir, bio skuta, bio maslo, bio jajca, bio goveje meso, bio por, bio zelje, bio limone, bio kisle kumare, bio zelena solata, bio kisl paprika, bio korenje, bio krompir, bio hruška, bio jabolko, bio cvetača, bio rdeča pesa, bio zeliščni čaj, bio jabolčni sok, bio muffin z borovnicami, bio blazinica s korenjem, bio khorasan kruh, bio ovsena mešana blazinica, bio pirin mešan kruh, bio pirina mešana blazinica z ovs.kosmiči, bio testenine.

Navedba alergenov v skladu s priložo II, Uredba o izvajanju 1169/2011, Ur. list RS, št. 6/2014.

Živila oziroma jedi na jedilniku vsebujejo surovine, ki pri majhnem deležu populacije povzročajo alergijske reakcije, zato so označene s številko, ki predstavlja vrsto alergena:

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.



Poleg alergenov, ki so navedeni v oklepajih, lahko posamezna živila vsebujejo tudi vse zgoraj naštetih alergene, ki so prisotni v sledovih. Otrokom, ki nimajo prehranske preobčutljivosti, alergeni v živilih ne povzročajo nikakršnih težav, otrokom s prehransko preobčutljivostjo pripravljamo dietne obroke, v skladu z navodili pediatra.