

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PON, 1. 7.	Pirin mešan kruh (1:pšenica, pira), borovničeva marmelada (/) kislá smetana (7), mleko (7),	Cvetačna juha s proseno kašo (/), piščančja* rižota s svežo zelenjavo (/), rdeča pesa* (/)	Breskev* (/), pisan kruh (1:pšenica)
TOR, 2. 7.	Pirin zdrob* na mleku* (1:pira, 7), kaša iz breskev (/)	Otroška juha (1:pšenica, 3,7), domač zelenjavni polpet z ovsenimi kosmiči* (1:pšenica, 3,7), pire krompir (7), zelje v solati (/)	Nektarina (/), koruzno pecivo (1:pšenica)
SRE, 3. 7.	Štručka s posipom (prerezana)(1:pšenica, 11), rezine poltrdega sira(7), paprika (/), sadni čaj (/)	Pasulj (1:pšenica,9), kruh (1:pšenica,rž), marmorni kolač (1:pšenica, 3,7), domač kompot (/)	Navadni kefir (7), grisini s sezamom (1:pšenica,11)
ČET, 4. 7.	Ovseni mešani kruh* (1:pšenica, oves), ribji namaz s sardelicami, maslom in kaprami (4,7), olive (/), bezgov čaj (/)	Telečja* obara z zelenjavo in krompirjem (1:pšenica,3,9), kruh* (1: pšenica), sladoled – lonček (7)	Banana (/), ♥
PET, 5. 7.	Sirova zloženska (1:pšenica, 3,7), navadni jogurt (K.Flis) 1/1 (7)	Brokoli juha z ajdovo kašo* (/), makaronovo meso (goveje meso in svedrčki) (1:pšenica,9), kumare v solati (/)	Temna kraljeva štručka (1:pšenica,3), domača limonada (/)

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

Za vzpodbudo pitja vode tekom dopoldneva otrokom ponujamo nežno limonado s sveže stisnjanim sokom limon, pomaranč, grenivk in limet, brez dodanih sladkorjev.

V vročih dneh, je še posebno pomembno, da otroci popijejo dovolj tekočine, najbolje pa odžeja pitna voda!

KOLIKO VODE MORAJO POPITI OTROCI:

STARI OD 1 – 4 LETA ? cca 8 dcl

STARI OD 4 – 7 LET? cca 9,5 dcl



Vir: DACH ref. Vrednosti

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PO, 8. 7.	Graham kruh (1:pšenica), špinačni namaz(7), korenje (/), bela kava (1:ječmen, 7)	Piščančji paprikaš (1:pšenica,9), koruzni svaljki (1: pira, 3, 7, 12), kumare* v solati z belim sirom (7), lubenica (/)	Hruška (julijska lepotica) (/), koruzni vafli (/)
TOR, 9.7.	Prosenka kaša* na mleku (7), narezane suhe slive (/)	Bučkina juha (/), jušne kroglice (1:pšenica), polnozrnati špageti (1:pšenica), tuna v omaki (7), zelena solata s koruzo (/)	Ameriške borovnice (/), pisan kruh (1:pšenica)
SRE, 10. 7.	Kruh z orehi (1:pšenica, 8), med ZGO (/) maslo (7), lipov čaj (/)	Krompirjev golaž s telečjim mesom (9), kruh (1:pšenica), sladoled – lonček (7)	Paradižnik in rezine paprike (/), ajdov kruh (1:pšenica)
ČET, 11. 7.	Ovsena mešana blazinica* (prerezana) (1:oves, pšenica), kuhan pršut (/), kisle kumare* (/), šipkov čaj* (/)	Lečina juha (/), sirovi kaneloni (1:pšenica, 3,7), preliv iz grškega in navadnega jogurta z drobnjakom(K.Flis) (7), zelena solata (/)	Nektarina (/), navadni strojni keksi (1:pšenica, 3,7)
PET, 12. 7.	Sirova štručka (1:pšenica, 7), kakav (mleko*) (7), sadje (/)	Puranje kocke v naravni omaki (1: pšenica), rizi bizi (/), stročji fižol s kislom smetano (7), ameriške borovnice (/)	Polnozrnata sirova pica* (1:pšenica, 7), domača limonada (/)

*Uporabljena ekološka živila

Za vzpodbudo pitja vode tekom dopoldneva otrokom ponujamo nežno limonado s sveže stisnjanim sokom limon, pomaranč, grenivk in limet, brez dodanih sladkorjev.

V vročih dneh, je še posebno pomembno, da otroci popijejo dovolj tekočine, najbolje pa odžeja pitna voda!

KOLIKO VODE MORAJO POPITI OTROCI:

STARI OD 1 – 4 LETA ? cca 8 dcl

STARI OD 4 – 7 LET? cca 9,5 dcl



Vir: DACH ref. Vrednosti

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PON, 15. 7.	Kruh s semeni (1:pšenica, 11), sirni namaz(7), rezine trdo kuhanih jajc (3), paradižnik (/), lipov čaj (/)	Grahovo meso (junčje* meso) (/), pirini peresniki* (1:pira), zelena solata s koruzo (/), kepica sladoleda (7)	Breskev* (/), pirina žemlja (1:pšenica, pira)
TOR, 16. 7.	Mlečni riž na mleku (7), naribana čokolada (/)	Kumarična juha (7), pečen file postrvi Goričar v koruznem ovoju (1: sledi glutena, 4), potlačen krompir (7), mešana solata (/)	Nektarina(/), ržen kruh (1:pšenica, rž)
SRE, 17. 7.	Koruzni kruh* (1:pšenica), domač čičerikin namaz (/), korenje (/), šipkov čaj (/)	Lečina enolončnica s krompirjem, stročjim fižolom, in korenjem (/), kruh* (1:pšenica), kokosovo pecivo (1:pšenica,3,7), sok iz bezgovega sirupa (/)	Navadni jogurt (7), grisini z oljčnim oljem (1:pšenica)
ČET, 18. 7.	Makovka (prerezana) (1:pšenica, 7), kremno maslo (7), bela kava (1:ječmen,7)	Cvetača* po dunajsko (1:pšenica, 3,7), zelenjavna rižota z ajdovo kašo* (1: pira, ječmen), zeljna solata s fižolom (/), melona/mini lubenica (/)	Hruške (julijska lepotica), khorsan kruh* (1:khorsan)
PET, 19. 7.	Kruh s korenjem* (1:pšenica), umešana jajčka* (3), paprika (/), sadni čaj (/)	Grahova juha (/), piščančje meso v smetanovi omako (1:pšenica, 4,7), bulgur* (1:pšenica), kumare v solati z bučnim oljem* (/)	Buhtelj z marmelado (1:pšenica, 3,7), voda (/)

*Uporabljena ekološka živila

Za vzpodbudo pitja vode tekom dopoldneva otrokom ponujamo nežno limonado s sveže stisnjanim sokom limon, pomaranč, grenivk in limet, brez dodanih sladkorjev.

V vročih dneh, je še posebno pomembno, da otroci popijejo dovolj tekočine, najbolje pa odžeja pitna voda!

KOLIKO VODE MORAJO POPITI OTROCI:

STARI OD 1 – 4 LETA ?

cca 8 dcl

STARI OD 4 – 7 LET?

cca 9,5 dcl



DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PO, 22. 7.	Ajdov mešan kruh (1:pšenica), med ZGO (/) maslo (K.Flis) (7), mleko (K.Flis) (7)	Bolonjska omaka (goveje meso*)(1:pšenica,9), polžki* (1:pšenica), mešana solata (/) ameriške borovnice (/)	Hruška (julijska lepotica), riževi vafli (/) (1:pšenica, 7)
TO, 23. 7.	Močnik (jajca*) iz črne moke* (1:pšenica,3,7), maline (/)	Telečji zrezki v naravni omaki (1:pšenica), pire krompir (/), kumare v solati z bučnim oljem (7), sladoled na palčki (7)	Nektarina ali breskev, polbeli kruh (1:pšenica)
SRE, 24. 7.	Črn kruh(1:pšenica), domač sirno-zelenjavni namaz (3,7), paradižnik (/), sadni čaj(/)	Korenčkova juha (/), pečen sir za žar (K.Flis) (7), dušeni 3je riži (/), priloga iz dušene sveže zelenjave (bučke, malancani, korenje) (/)	Zavitek s kokosovim nadevom* (1:pšenica), čaj (/)
ČET, 25. 7.	Blazinica s korenjem* (prerezana) (1:oves, pšenica), rezine piščančje prsi (/), kisla paprika* (/), šipkov čaj* (/)	Fižolova mineštra s testeninami, korenjem in kolerabo(1:pšenica, 3, 9), palačinke (1:pšenica, 3,7), čokoladni namaz (6,7,8), voda (/)	LCA jogurt (7), koruzni kosmiči (/)
PET, 26. 7.	Khorasan kruh* (1: khorasan), ribji namaz s tuno in maslom (4,7), olive (/), bezgov čaj (/)	Bučkina juha (/), boranja (stročji fižol*) s piščančjim mesom (1:pšenica, 9), kus kus* (1:pšenica) paradižnikova solata z feta sirom (7)	Banana (/), ♥

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

Za vzpodbudo pitja vode tekom dopoldneva otrokom ponujamo nežno limonado s sveže stisnjanim sokom limon, pomaranč, grenivk in limet, brez dodanih sladkorjev.

V vročih dneh, je še posebno pomembno, da otroci popijejo dovolj tekočine, najbolje pa odžeja pitna voda!

KOLIKO VODE MORAJO POPITI OTROCI:

STARI OD 1 – 4 LETA ? cca 8 dcl

STARI OD 4 – 7 LET? cca 9,5 dcl



DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PON, 29.7.	Pirin mešan kruh (1:pšenica, pira), jagodna marmelada* (/) kislometana (K.Flis) (7), bela kava (1:ječmen, 7)	Cvetačna juha (/), pirini peresniki (1:pšenica) bolonjska omaka z dodatkom leče (1:pšenica) zelena solata s koruzo (/)	Nektarina(/), graham žemlja (1:pšenica)
TOR, 30.7.	Masleni rogljiček brez polnila (1:pšenica, 3,7), kakav (7), sadje (/)	Brokoli juha (/), piščančji zrezek z naravno omako (1:pšenica), pire krompir (7), zeljna solata s fižolom (/)	Breskev* (/), pecivo s semeni (1:pšenica, 11)
SRE, 31.7.	Ovsen mešan kruh (1:pšenica, oves), jajčni namaz (3), paprika (/), sadni čaj (/)	Telečje* kocke v omaki (1:pšenica, 9), polenta (slediglutena), paradižnikova solata z bučnim oljem (/), melona/lubenica (/)	Mleko 2 dl (7), polnozrnatigrisini(1:pšenica)
ČET, 1.8.	Prosenakaša* na mleku(7), narezane suhe slive (/)	Minijon korenčkova juha (1:pšenica,3,7), file lososa v koruznem ovoju (1: pšenica, 4), rezina limone (/), dušen riž s svežo sezonsko zelenjavo (/), kepica sladoleda (7)	Slive(/), koruzni kruh (1:pšenica)
PET, 2.8.	Ržen mešan kruh (1:pšenica, rž), domač skutin namaz z bučnimi semeni in bučnim oljem (7), redkvice (/), zeliščni čaj*(/)	Ješprenjeva* mineštra z zelenjavo(1:ječmen), kruh(1:pšenica), jogurtovo pecivo s sadjem (1:pšenica, 3,7), domač kompot (/)	Banana (/), ♥

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

Za vzpodbudo pitja vode tekompoldneva otrokom ponujamo nežno limonado s sveže stisnjnim sokom limon, pomaranč, grenivk in limet, brez dodanih sladkorjev.

V vročih dneh, je še posebno pomembno, da otroci popijejo dovolj tekočine, najbolje pa odžeja pitna voda!

KOLIKO VODE MORAJO POPITI OTROCI:

STARI OD 1 – 4 LETA ?

cca 8 dcl

STARI OD 4 – 7 LET?

cca 9,5 dcl



Sadje: ameriške borovnice, maline, ringlo, ribez, grozdje, breskve, nektarine, kivi, hruška, slive, melona, lubenica, sveže fige, ananas, banane.
Zelenjava: kumare, paradižnik – navaden in češnjev, paprika – rdeča, zelena, rumena, listi mehke solate, korenček, nadzemna kolerabica.
Po posvetu z dobaviteljem o zrelosti sadja se iz seznama napisanega sadja in zelenjave vsak dan sestavi dopoldanski krožnik, ob sredah sadno-zelenjavni krožnik.

Za zabelo solat se uporablja bio oljčno olje (razen takrat, ko je navedeno bučno olje).
V poletnih mesecih bodo juhe na jedilniku 2-3 x tedensko; namesto juhe pri kosilu ponujamo sezonsko sadje.

*Uporabljena ekološka živila: bio piščanec, bio rdeča pesa, bio breskev, bio pirin zdrob, bio mleko, bio ovsen mešan kruh, bio telečje meso, bio kruh, bio ajdova kaša, bio kumare, bio prosenka kaša, bio ovsena blatinica, bio kumare, bio šipkov čaj, bio polnozrnata pica, bio junčje meso, bio pirini peresniki, bio koruzni kruh, bio cvetača, bio ajdova kaša, bio khorasan kruh, bio kruh s korenjem, bio jajca, bio bulgur, bio bučno olje, bio goveje meso, bio polžki, bio črna moka, bio zavitek s kokosom, bio blazinica s korenjem, bio kisla paprika, bio stročji fižol, bi okus kus, bio jagodna marmelada, bio breskev, bio zeliščni čaj, bio ješprenj.

Navedba alergenov v skladu s prilogo 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.