



DIETNI JEDILNIK I. 22. 10. 2018 – 26. 10. 2018

PONEDELJEK	zajtrk	Polbel kruh, sir brez laktoze/ dietna margarina , rezina vložene rdeče paprike , kava* z riževim napitkom
	malica	<i>Mandarina</i>
	kosilo	Cvetačna juha, pečen piščanec, ajdova kaša* z grahom in korenjem, mlado zelje v solati s krompirjem
	pop. m.	Dietni polnozrnat prepečenec , rižev napitek/jogurt brez laktoze s kakijem

Otroci z dieto Urtika III: **zajtrk**: namesto vložene paprike vložena kumara; **sadna malica**: **jabolko**; **kosilo**: namesto zelja zelena solata; **pop. malica**: namesto prepečenca kruh, rikota z banano.

*za otroke s celiakijo in alergijo na pšenico : **zajtrk**: mleko/rižev napitek/mleko brez laktoze; **kosilo**: **ajdov kaša brez glutena**.

TOREK	zajtrk	Ovseni kosmiči v riževem napitku z mletimi rožiči
	malica	Banana*, malinov čaj
	kosilo	Brokolijeva juha, dietne testenine s cvetačno omako, rdeča pesa v solati
	pop. m.	Ajdov kruh, korenjev namaz

*za otroke z alergijo na banano: **sadna malica**: **jabolko**.

SREDA	zajtrk	Mešan ržen kruh, <i>ribji namaz</i> , rezina vložene kumare, otroški čaj
	malica	<i>Ananas</i>
	kosilo	Goveja kostna juha z dietno zakuho, svinjska pečenka, pire krompir z zelenjavo, zelena solata
	pop. m.	Koruzni kruh , dietna margarina , med, rižev napitek /mleko brez laktoze

Za otroke z dieto Urtika III: **zajtrk**: namesto ribjega namaza maslo/dietna margarina; **sadna malica**: hruška; **pop. malica**: namesto medu **javorjev sirup**.

Za otroke z alergijo na ribe: namesto ribjega namaza trdo kuhano jajce.

Za otroke z dieto Urtika III in alergijo na svinjino: **kosilo**: telečja pečenka.

Otroci z dieto Urtika III in varovalno dieto: **pop. malica**: namesto koruznega kruha koruzna žemlja (brez adit. in konz.).

ČETRTEK	zajtrk	Dietni rogljiček, kava* z riževim napitkom
	malica	Mešano sezonsko sadje
	kosilo	Milijon juha, <i>ješprenjčkova ričota</i> s somom , zelena solata s krompirjem
	pop. m.	BIO pirino pecivo , jabolko

*za otroke s celiakijo ali alergijo na pšenico: **zajtrk**: mleko/rižev napitek/mleko brez laktoze; **kosilo**: ričota s **somom** in zelenjavo.

Za otroke z dieto Urtika III in alergijo na ribe: **kosilo**: namesto soma piščanec v ričoti.

PETEK	zajtrk	Dietni zdrob v riževem napitku z žličko brusnične marmelade
	malica	Banana* , domač ledeni čaj gozdnih sadežev
	kosilo	Goveji golaž s krompirjem , črn kruh, rižev narastek z jabolki, razredčen naravni jabolčni sok z aronijo 1/2
	pop. m.	Črn kruh, <i>rezina piščančjih prsi</i> , rezina vložene kumare

*za otroke z alergijo na banano: **sadna malica**: mandarina.

Otroci z dieto Urtika III: **kosilo**: razredčen naravni **jabolčni sok** 1/2

Otroci z dieto Urtika III in varovalno dieto: **pop. malica**: namesto piščančjih prsi rikotin namaz s peteršiljem in drobnjakom.

Jedi so pripravljene iz alternativnih nadomestnih živil in dietetičnih živil.

Otrokom z dieto Urtika III ne nudimo citrusov, avokada, špinače, paradižnika, paprike, koščičastega sadja, jagodičevja in fermentiranih živil.

Otrokom s celiakijo nudimo domač brezglutenski kruh in pecivo.

V primeru nezmožnosti dobave surovin ali ob odsotnosti večjega števila kuhinjskega osebja, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika. Kakovost obrokov in priprave je konstantna ves čas delovnega procesa.

Za žejo ponujamo otrokom vodo in nesladkan čaj.

Kruh je brez aditivov, konzervansov in z zmanjšano vsebnostjo soli.

V vseh kuhinjah vrtca Velenje uporabljamo Piransko sol z zaščitenim označbo porekla in vključujemo kar se da čim več **lokalnih** in

EKO živil.



DIETNI JEDILNIK II. 29. 10. 2018 – 2. 11. 2018

PONEDELJEK	zajtrk	Polbel kruh, rezina piščančjih prsi, rezina sira brez laktoze, rezina vložene kumare, šipkov čaj
	malica	Jabolko
	kosilo	Hokaido bučna juha, dietni makaroni z govejim mesom, zelena solata s krompirjem
	pop. m.	Riževa krema s hruško, koruzni kruh

Za otroke z dieto Urtika III: **zajtrk:** namesto piščančjih prsi trdo kuhano jajce, namesto sira brez laktoze rikotin namaz; **pop. malica:** namesto koruznega kruha koruzna žemlja BA.

TOREK	Zajtrk	Dietni zdrob v riževem napitku z žličko borovničeve marmelade
	malica	Banana* , planinski čaj
	kosilo	Ragu s svinjino , dietna bela polenta, mlado zelje s krompirjem v solati
	pop. m.	Jagodni jogurt brez laktoze /rižev napitek z jagodami iz kompota, BIO ovseno pecivo

Za otroke z dieto Urtika III: **zajtrk:** namesto borovničeve marmelade vrtčevska marmelada; **kosilo:** namesto zelja zelena solata.

*za otroke z alergijo na banano: **sadna malica: jabolko.**

Za otroke z dieto Urtika III in alergijo na svinjino: **kosilo:** piščančji ragu.

Za otroke z dieto Urtika III in varovalno dieto: **pop. malica:** rikota z jabolkom, graham kruh.

SREDA	zajtrk	PRAZNIK
	malica	
	kosilo	
	pop. m.	

ČETRTEK	zajtrk	PRAZNIK
	malica	
	kosilo	
	pop. m.	

PETEK	zajtrk	Koruzni kosmiči, rižev napitek/mleko brez laktoze
	malica	Banana*
	kosilo	Ohrovtova juha, zelenjavna rižota, rdeča pesa v solti
	pop. m.	Dietni polnozrnat prepečenec, jabolko

*za otroke z alergijo na banano: **sadna malica:** hruška.

V času jesenskih počitnic je jedilnik prilagojen zmanjšanemu številu otrok in morebitnim nepredvidenim odsotnostim le-teh. Starše vljudno prosimo za razumevanje

Jedi so pripravljene iz alternativnih nadomestnih živil in dietetičnih živil.

Otrokom z dieto Urtika III ne nudimo citrusov, avokada, špinače, paradižnika, paprike, koščičastega sadja, jagodičevja in fermentiranih živil.

Otrokom s celiakijo nudimo domač brezglutenski kruh in pecivo.

V primeru nezmožnosti dobave surovin ali ob odsotnosti večjega števila kuhinjskega osebja, si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika. Kakovost obrokov in priprave je konstantna ves čas delovnega procesa.

Za žejo ponujamo otrokom vodo in nesladkan čaj.

Kruh je brez aditivov, konzervansov in z zmanjšano vsebnostjo soli.

V vseh kuhinjah vrtca Velenje uporabljamo Piransko sol z zaščitenim označbo porekla in vključujemo kar se da čim več lokalnih in

EKO živil.



**DIETNI JEDILNIK III.
5. 11. 2018 – 9. 11. 2018**

PONEDELJEK	zajtrk	Pirin kruh, korenjev namaz, rižev napitek /mleko brez laktoze
	malica	Mandarina
	kosilo	Piščančji paprikaš, dietni svedri, mlado zelje v solati s krompirjem
	pop. m.	Rižev desert z vanilijo
<p><i>Za otroke z dieto Urtika III: zajtrk: črn kruh; sadna malica: jabolko; kosilo: namesto zelja zelena solata; pop. malica: riževa strjenka s hruškovim prelivom.</i></p>		
TOREK	zajtrk	Ovseni kosmiči v riževem napitku z mletimi rožiči
	malica	Banana*, otroški čaj
	kosilo	Ričet z govedino , črn kruh, dietna jabolčna pita
	pop. m.	Ajdov kruh, rezina sira brez laktoze/ <i>rezina piščančjih prsi</i> , rezina vložene paprike
<p><i>*za otroke z alergijo na banano: sadna malica: hruška. Za otroke z dieto Urtika III/varovalno dieto in alergijo na mleko: dietna margarino. Za otroke z dieto Urtika III: namesto vložene paprike vložena kumara.</i></p>		
SREDA	zajtrk	Polbeli kruh, avokadov namaz, <u>trdo kuhano jajce</u> , rezina vložene rdeče paprike, kava* z riževim napitkom
	malica	Hruška
	kosilo	Cvetačna juha, gratinirani dietni svaljki s pisano zelenjavo , zelena solata s krompirjem
	pop. m.	Graham kruh, fižolov namaz , rezina vložene kumare
<p><i>Za otroke z alergijo na jajca ali/in mleko: namesto jajca, rezina piščančjih prsi. Za otroke z alergijo na jajca, mleko in varovalno dieto ali za otroke z dieto Urtika III: korenjev namaz. *Za otroke s celiakijo ali alergijo na pšenico: mleko/rižev napitek/mleko brez laktoze.</i></p>		
ČETRTEK	zajtrk	Polbel kruh, EKO goveja hrenovka , malinov čaj
	malica	Mešano sezonsko sadje
	kosilo	Hokaido bučna juha, rižota s puranjim mesom in zelenjavo , rdeča pesa v solati
	pop. m.	Graham žemlja BA, rižev napitek z borovnicami/ borovničev jogurt brez laktoze
<p><i>Za otroke z dieto Urtika III: pop. malica: rižev napitek z banano.</i></p>		
PETEK	zajtrk	Prosena kaša v riževem napitku z žličko brusnične marmelade
	malica	Banana* , borovničev čaj
	kosilo	Mesne kroglice (sveže mleto meso v kuhinji) v paradižnikovi omaki, pire krompir , domač dietni puding**
	pop. m.	BIO pirino pecivo , jabolko

Za otroke z dieto Urtika III: zajtrk: namesto brusnične marmelade vrtčevska marmelada.

**za otroke z alergijo na banano: sadna malica: mandarina.*

Za otroke z dieto Urtika III in alergijo na svinjino: goveje kroglice v korenjevi omaki.

*** za otroke z dieto Urtika III in varovalno dieto: kosilo: tapiokin puding z rožičem v prahu.*

Jedi so pripravljene iz alternativnih nadomestnih živil in dietetičnih živil.

Otrokom z dieto Urtika III ne nudimo citrusov, avokada, špinače, paradižnika, paprike, koščičastega sadja, jagodičevja in fermentiranih živil.

Otrokom s celiakijo nudimo domač brezglutenski kruh in pecivo.

V primeru nezmožnosti dobave surovin ali ob odsotnosti večjega števila kuhinjskega osebja, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika. Kakovost obrokov in priprave je konstantna ves čas delovnega procesa.

Za žejo ponujamo otrokom vodo in nesladkan čaj.

Kruh je brez aditivov, konzervansov in z zmanjšano vsebnostjo soli.

V vseh kuhinjah vrtca Velenje uporabljamo Piransko sol z zaščitenim označbo porekla in vključujemo kar se da čim več lokalnih in

EKO živil.



DIETNI JEDILNIK IV. 12. 11. 2018 – 16. 11. 2018

PONEDELJEK	zajtrk	Črn kruh, <i>ribji namaz</i> , rezina vložene kumare, otroški čaj
	malica	Hruška
	kosilo	Vrtnarska juha, dietne polnozrnatne testenine z drobtinami in <i>sirom brez laktoze</i> , zelena solata s čičeriko
	pop. m.	BIO ovseno pecivo , rižev napitek /jogurt brez laktoze z banano

Za otroke z dieto Urtika III in alergijo na ribe: korenjev namaz.

*Za otroke z alergijo na mleko in otroke z dieto Urtika III: **kosilo**: brez sira brez laktoze.*

TOREK	zajtrk	Dietni riž v riževem napitku z žličko brusnične marmelade
	malica	Banana*, šipkov čaj
	kosilo	Goveje kocke v omaki s stročjim fižolom, dietna koruzna polenta, zelena solata s krompirjem
	pop. m.	Graham kruh, riževa krema z <i>borovnicami</i>

za otroke z alergijo na banane: **jabolko.*

*Za otroke z dieto Urtika III: **pop. malica**: riževa krema z jabolki.*

SREDA	Zajtrk	Polbel kruh, ymešana jajčka s peteršiljem in drobnjakom, rezina vložene rdeče paprike, kava* z riževim napitkom
	malica	<i>Mandarina</i>
	kosilo	Milijon juha, pečen piščanec, ajdova kaša z graham in korenjem, mlado zelje s krompirjem
	pop. m.	Domač dietni rogljič, rižev napitek /mleko brez laktoze/mleko

Za otroke z alergijo na jajca: dietna margarina s peteršiljem in drobnjakom.

Za otroke s celiakijo ali alergijo na pšenico: **zajtrk: mleko/rižev napitek/mleko brez laktoze; **kosilo**: ajdova kaša brez glutena.*

*Za otroke z dieto Urtika III: **zajtrk**: rezina vložene kumare; **sadna malica**: hruška; **kosilo**: namesto **zelja zelena solata s krompirjem**.*

ČETRTEK	zajtrk	Dietni koruzni kosmiči, rižev napitek /mleko brez laktoze
	malica	Banana* , čaj gozdnih sadežev
	kosilo	Jota s svinjskim mesom , črn kruh, gratinirani dietni rezanci s hruškami in rožičem v prahu, razredčen naravni jabolčni sok 1/2
	pop. m.	Ajdov kruh, jabolko

**za otroke z alergijo na banane: hruška.*

*Za otroke z dieto Urtika III in alergijo na svinjino: **kosilo**: ohrovtova enolončnica s telečjim mesom.*

PETEK	zajtrk	Mešan ržen kruh, dietna margarina, med , rižev napitek /mleko brez laktoze
	malica	Jabolko
	kosilo	Brokolijeva juha, pečen file repaka v sezamovi** skorjici, krompir v kosih z ohrovtom, rdeča pesa v solati
	pop. m.	Ovsen kruh, <i>rezina piščančjih prsi</i> , rezina vložene kumare

*Za otroke z dieto Urtika III in alergijo na ribe: **kosilo**: namesto repaka file piščančjih prsi.*

***za otroke z alergijo na prisotne alergene: **kosilo**: namesto sezamove skorjice koruzna.*

*Za otroke z dieto Urtika III in varovalno dieto: **pop. malica**: domače dietno pecivo.*

Jedi so pripravljene iz alternativnih nadomestnih živil in dietetičnih živil.

Otrokom z dieto Urtika III ne nudimo citrusov, avokada, špinače, paradižnika, paprike, koščicastega sadja, jagodičevja in fermentiranih živil.

Otrokom s celiakijo nudimo domač brezglutenski kruh in pecivo.

V primeru nezmožnosti dobave surovin ali ob odsotnosti večjega števila kuhinjskega osebja, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika. Kakovost obrokov in priprave je konstantna ves čas delovnega procesa.

Za žejo ponujamo otrokom vodo in nesladkan čaj.

Kruh je brez aditivov, konzervansov in z zmanjšano vsebnostjo soli.

V vseh kuhinjah vrtca Velenje uporabljamo Piransko sol z zaščitenim označbo porekla in vključujemo kar se da čim več **lokalnih** in

EKO živil.

