

DIETNI JEDILNIK I.

13. 10. 2025 – 17. 10. 2025

PONEDELJEK	zajtrk	Domač mešan pirin kruh, skutni namaz/sojin namaz z bučnimi semeni, mleko/mleko brez laktoze/rižev napitek
	malica	Jabolko
	kosilo	Vrtnarska juha, pisane testenine* s cvetačno omako, zelena solata s koruzo
	pop. m.	Borovničev jogurt/borovničev jogurt brez laktoze /kokosova krema z borovnicami, dietni koruzni kosmiči
*Za otroke s celiakijo ali alergijo na pšenico ali alergijo na jajca: kosilo : testenine brez glutena in jajc.		
TOREK	zajtrk	Domač dietni čokolešnik* v riževem napitku/mleku brez laktoze
	malica	Banana, jagodni čaj z vanilijo
	kosilo	Šarenkini polpeti (sveže mleto v kuhinji), paradižnikova omaka z baziliko, dietna koruzna polenta, zelje v solati s krompirjem , razredčen jabolčni sok z aronijo ½
	pop. m.	Domač dietni rogljič, belo grozdje
*Za otroke s celiakijo ali alergijo na pšenico: zajtrk : domač dietni čokolešnik brez glutena. Za otroke z alergijo na ribe: kosilo : piščančji polpeti.		
SREDA	zajtrk	Domač mešan ržen kruh, fižolov namaz, ščep kislega zelja , šipkov čaj z limono
	malica	Ananas
	kosilo	Hokaido-bučna juha, rižota s puranjim mesom in zelenjavo, rdeča pesa v solati
	pop. m.	Skutna pena/sojin desert z malinami, domač polnozrnat kruh
ČETRTEK	zajtrk	Dietni zdrob v riževem napitku/mleku brez laktoze, žlička slivove marmelade
	malica	Banana , čaj divje češnje
	kosilo	Brokolijeva juha, pečen piščanec, ajdova kaša* s porom, zelena solata s krompirjem
	pop. m.	Rdeče grozdje, domač mešan ovsen kruh
*Za otroke s celiakijo ali alergijo na pšenico: kosilo : ajdova kaša brez glutena.		
PETEK	zajtrk	Domač mešan polbel kruh, korenjev namaz, rezina sira/sira brez laktoze/nadomestka sira, mleko/mleko brez laktoze/rižev napitek
	malica	Hruška
	kosilo	Goveji golaž s krompirjem, domač črn kruh, dietni jabolčno-bučni zavitek
	pop. m.	Dietni polnozrnat prepečenec, mešano sezonsko sadje

Dietni jedilnik je izpeljan iz jedilnika (2-6 let) in predstavlja splošno informacijo staršem otrok s prehranskimi omejitvami. Iz prehrane slednjih se izključijo le živila in jedi, ki vsebujejo posamezniku nevarne alergene in/ali sledove le-teh. Izjema je kosilo, katerega zaradi velikega števila prehranskih omejitev in transporta v druge enote ne moremo individualno prilagoditi.

*Dietne jedi so pripravljene iz alternativnih nadomestnih živil in dietetičnih 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 zaščiteno označbo porekla in vključujemo kar se da čim več lokalnih in EKO živil.

DIETNI JEDILNIK II.

20. 10. 2025 – 24. 10. 2025

PONEDELJEK	zajtrk	Domač mešan ržen kruh, <i>skušin namaz</i> , vložena kumara, mleko/mleko brez laktoze/rižev napitek
	malica	Hruška
	kosilo	Porova juha, zeljne krpice* z govejimi kockami, zelena solata s krompirjem
	pop. m.	Navadni jogurt/navadni jogurt brez laktoze/sojin desert z breskvami
Za otroke z alergijo na ribe: zajtrk : čičerikin namaz. *Za otroke s celiakijo ali alergijo na pšenico ali alergijo na jajca: kosilo : testenine brez glutena in jajc.		
TOREK	zajtrk	Riž v riževem napitku/mleku brez laktoze z žličko brusnične marmelade
	malica	Banana , čaj gozdnih sadežev
	kosilo	Puranji ragu, dietna bela polenta, zelje v solati s krompirjem , jabolčna čežana z žličko kokosove kreme
	pop. m.	Rdeče grozdje, domača polnozrnata žemlja
SREDA	zajtrk	Domač polbel kruh, avokadov namaz, <i>trdo kuhano jajce</i> , vložena rdeča paprika, mleko/mleko brez laktoze/rižev napitek
	malica	Kaki
	kosilo	Zelenjavna mineštra z lečo, domač črn kruh, dietna borovničeva pita
	pop. m.	Kefir /dietna krema z banano, domač mešan ajdov kruh
Za otroke z alergijo na jajca: zajtrk : rezina sira/nadomestka sira/sira brez laktoze.		
ČETRTEK	zajtrk	Prosena kaša* v riževem napitku/mleku brez laktoze s pečenimi hruškami
	malica	Banana, malinov čaj
	kosilo	Hokaido-bučna juha, <i>ješprenjkova ričota*</i> s <i>somom</i> , nadomestek parmezana/sir brez laktoze/parmezan, rdeča pesa v solati
	pop. m.	Belo grozdje, pirin kruh
*Za otroke s celiakijo ali alergijo na pšenico: zajtrk : prosena kaša brez glutena; kosilo : rižota s somom. Za otroke z alergijo na ribe: kosilo : ješprenjkova ričota s kunčjim mesom.		
PETEK	zajtrk	Domač mešan ovsen kruh, sirni namaz/nadomestek sirnega namaza, rezina piščančjih prsi, sveže korenje , planinski čaj s pomarančo
	malica	Jabolko
	kosilo	Bujta repa s svinjskim mesom , dietni pire krompir, sojin desert z jagodnim prelivom in kokosom
	pop. m.	Dietni polnozrnat prepečenec, mešano sezonsko sadje

Dietni jedilnik je izpeljan iz jedilnika (2-6 let) in predstavlja splošno informacijo staršem otrok s prehranskimi omejitvami. Iz prehrane slednjih se izključijo le živila in jedi, ki vsebujejo posamezniku nevarne alergene in/ali sledove le-teh. Izjema je kosilo, katerega zaradi velikega števila prehranskih omejitev in transporta v druge enote ne moremo individualno prilagoditi.

*Dietne jedi so pripravljene iz alternativnih nadomestnih živil in dietetičnih 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 zaščiteno označbo porekla in vključujemo kar se da čim več **lokalnih** in **EKO** živil.