

JEDILNIK ZA ČAS OD 14.10.2019 DO 25.10.2019

DAN	Malica
PONEDELJEK 14.10.2019	I. makaronovo meso (1, 4), mešana solata, sadje, polbeli ali polnozrnat kruh (1, 7), napitek II. zelenjavni narastek s kislom smetano (1, 4, 5, 9), mešana solata, sadje, polbeli ali polnozrnat kruh (1, 7), napitek III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
TOREK 15.10.2019	I. tlačen krompir (5), piščančji zrezek na žaru, zelenjavna priloga, mešana solata, polbeli ali polnozrnat kruh (1) II. tlačen krompir (5), cvetačni polpet (1, 4, 5), zelenjavna priloga, mešana solata, polbeli ali polnozrnat kruh (1) III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
SREDA 16.10.2019	I. koruzni žganci (1), dušeno kislom zelje (1), pečenica, sadje, napitek, polbeli kruh (1) II. koruzna polenta (1), dušeno kislom zelje (1), sojin polpet (1, 8), mešana solata, sadje, napitek, polbeli kruh (1) III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
ČETRTEK 17.10.2019	I. polnozrnat široki rezanci (1, 4, 5), goveji zrezek v naravni omaki (1), mešana solata, koruzni kruh (1), napitek II. polnozrnat testenine (1, 4, 5), omaka treh sirov (1, 5), mešana solata, koruzni kruh (1), napitek III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
PETEK 18.10.2019	I. riž z ješprenovo kašo in zelenjavo (1, 5, 9), piščančji pohanček (1, 4), mešana solata, črni kruh (1), napitek II. krompir z blitvo (5), gratiniran zelenjavni kanelon (1, 4, 5), mešana solata, črni kruh (1), napitek III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
PONEDELJEK 21.10.2019	I. kruhova rolada (1, 4, 5) ali koruzna polenta, goveji golaž (1), solata, napitek, polbeli ali polnozrnat kruh (1, 7) II. široki špinadni rezanci z zabelo (1, 4), riba tuna z zelenjavo (3), mešana solata, napitek, polbeli ali polnozrnat kruh (1, 7) III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
TOREK 22.10.2019	I. dušen riž z zelenjavo, zrezek na žaru, pasiran grah v omaki (1, 5), mešana solata, črni kruh (1), napitek II. kuskus z zelenjavo (1), beli sir na žaru, pasirani grah v omaki (1, 5), mešana solata, črni kruh (1), napitek III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
SREDA 23.10.2019	I. Prekmurska bujta repa (1), krof z marmelado (1, 4, 5), sadje, napitek, polnozrnat kruh (1, 7) II. mlečni riž (5), krof z marmelado (1, 4, 5), sadje, napitek, polbeli ali polnozrnat kruh (1, 7) III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
ČETRTEK 24.10.2019	I. kuskus z zelenjavo (1), pečen puranji zrezek v smetanovi omaki (1, 5), solata, napitek, polbeli ali ovseni kruh (1) II. tlačen zelenjavni krompir (1, 5), pečena riba (1, 3), solata, napitek, polbeli ali ovseni kruh (1) III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
PETEK 25.10.2019	I. pire krompir (5), sesekljeni zrezek (1, 4), kremna špinača (1, 5), mešana solata, sadje, napitek, ajdov kruh (1) II. pire krompir (5), zelenjavni zrezek s sojinim mesom (1, 4, 8), kremna špinača (1, 5), mešana solata, sadje, napitek, ajdov kruh (1) III. sendvič: mesni (1, 5), ali z ribo tuno (1, 3), ali sirov - različni trdi siri, in zelenjava (1, 5)), sadje, mlečni napitek (jogurt, mleko, kislom mleko, kefir) (5), ali sok s 100 % deležem sadja, ali voda 0,5 l
<p>Snovi ali proizvodi iz njih, ki povzročajo alergije ali preobčutljivost in njihovi najpogostejši viri. 1. Žita, ki vsebujejo gluten; 2. Raki; 3. Ribe; 4. jajca; 5. Mleko; 6. Arašidi(Kikiriki); 7. oreščki; 8. Soja; 9. Listna zelena; 10. Gorčično seme; 11. Sezamovo seme; 12. Žveplov dioksid in sulfiti; 13. Volčji bob; 14. Mehkužci</p>	