



JEDILNIK DIETA – DIETA VAROVALNA

FEBRUAR 2023

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
30. 1. 2023	ribe tune (ribe, gluten), eko rženi kruh (gluten, soja, mleko, sezam), zeliščni čaj, mineola	sirni namaz (gluten, soja, mleko), polnozrnati kruh (gluten, soja, mleko, sezam, volčji bob), toplo mleko (mleko), jabolko	porova juha, polnozrnate testenine s sirom (gluten, mleko, jajce, soja), zelena solata, voda	ajdov kruh (gluten, soja), topljeni sir (mleko)
31. 1. 2023	maslo (mleko), sir gouda (mleko), pirin kruh (gluten, soja, mleko, sezam), nesladek bezgov čaj, jabolko	polnozrnato pecivo (soja, mleko, sezam), mleko (mleko), pomaranča	korenjeva juha (gluten, soja), zrezek na žaru, dušena zelenjava, krompir v kosih , rdeč radič v solati, nesladek planinski čaj , voda	kefir (mleko), ržen kruh (gluten, soja, mleko, sezam)
1. 2. 2023	mlečna prosena kaša ne sladeka (gluten, soja, mleko, sezam), jabolko	hrenovka, ržena štručka (gluten, soja, mleko, jajce, sezam), gorčica (gorčična semena), ajvar, ne sladek bezgov čaj, kivi	ješprenj z mesom (gluten, soja), narastek (gluten, jajce, mleko, soja), ne sladek čaj, voda	banana, polnozrnat kruh (gluten, soja, sezam)
2. 2. 2023	hrenovka, ržena štručka (gluten, soja, mleko, jajce, sezam), gorčica (gorčična semena), ajvar, ne sladek bezgov čaj, kivi	mlečna prosena kaša ne sladeka (gluten, soja, mleko, sezam), suhe slive ali marelice (SO ₂)	zelenjavna juha (gluten, jajce, soja), goveji golaž, kuhan krompir v kosih , zelena solata, voda	žemljica (gluten, soja, mleko, sezam), jabolko
3. 2. 2023	sirni namaz (gluten, soja, mleko), polnozrnati kruh (gluten, soja, mleko, sezam, volčji bob), toplo mleko (mleko), jabolko	kisla smetana (mleko), koruzni kruh (gluten, soja, mleko, sezam), bela kava (mleko, gluten, arašidi, oreščki), banana	goveja juha z ribano kašo (gluten, soja, jajce), kisla repa, kuhana eko govedina , zmečkan krompir, marelični kompot, voda	pomaranča, bombeta (gluten, soja, jajce, mleko, sezam)

VAROVALNA DIATA – vsebuje živila in jedi z manj maščob, sladkorjev, manj aditivov (barvil, ...), več polnozrnatih žitnih izdelkov. Podroben popis alergenov in alergenov v sledeh je napisan v jedilniku za vrtec in šolo. **Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.**

Obroki lahko vsebujejo živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost (iz priloge EU 1169/2011), zapisana so v oklepaju:

1. žita - gluten, 2. raki, 3. jajca, 4. riže, 5. arašidi, 6. zrnje soje, 7. mleko, 8. oreščki, 9. listna zelena, 10. gorčično seme, 11. sezamovo seme, 12. žveplovi dioksidi – SO₂, 13. volčji bob, 14. mehkužci. Alergeni so obarvani rjavo.

V dopoldanskem času imajo učenci na razpolago vodo in ne sladek čaj. Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika!



JEDILNIK DIETA – DIETA VAROVALNA

FEBRUAR 2023

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	POPOLDANSKA MALICA
6. 2. 2023 Zimske počitnice	mlečni riž brez čokolade (gluten, soja, mleko, arašidi, sezam), jabolko	mineštron juha z mesom (gluten, jajce, soja), ajdove palačinke (gluten, jajce, mleko, soja), nesladek čaj, voda	jabolko topaz, ajdov kruh
7. 2. 2023	piščančja pašteta, eko rženi kruh (gluten, soja, sezam, volčji bob), nesladek čaj, paprika, klementina,	juha z rezanci (gluten, jajce, soja), puranov zrezek v omaki (gluten), dušena sezonska zelenjava, dušen temen riž (gluten), solata, nesladek čaj, voda	alpsko mleko (mleko), kifeljček (gluten, soja, mleko, sezam, volčji bob)
8. 2. 2023			
9. 2. 2023	polnozrnata žemljica (gluten, mleko, soja, sezam, volčji bob), mleko (gluten, soja, mleko, sezam), jabolko	porova juha (gluten, jajce), telečja pečenka, krompir v kosih, zelena solata s koruzo (soja), nesladek čaj, voda	klementina, kruh (gluten, soja, mleko, sezam)
10. 2. 2023	rženi kosmiči z mlekom (gluten, soja, mleko, sezam), mleko (mleko), eko hruška	kolerabična juha (gluten), carski praženec s polnozrnato moko (mleko, jajce, gluten), nesladek čaj, voda	sok pomaranča, polnozrnata štručka (gluten, soja, mleko, sezam)

VAROVALNA DIATA – vsebuje živila in jedi z manj maščob, sladkorjev, manj aditivov (barvil, ...), več polnozrnatih žitnih izdelkov. Podroben popis alergenov in alergenov v sledeh je napisan v jedilniku za vrtec in šolo. Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Obroki lahko vsebujejo živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost (iz priloge EU 1169/2011), zapisana so v oklepaju:

1. žita - gluten, 2. raki, 3. jajca, 4. ribe, 5. arašidi, 6. zrnje soje, 7. mleko, 8. oreščki, 9. listna zelena, 10. gorčično seme, 11. sezamovo seme, 12. žveplov dioksid – SO₂, 13. volčji bob, 14. mehkužci. Alergeni so obarvani rjavo.

V dopoldanskem času imajo učenci na razpolago vodo in ne sladek čaj. Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika!



JEDILNIK DIETA – DIETA VAROVALNA

FEBRUAR 2023

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDANSKAMALICA
13. 2. 2023	polnozrnato pecivo (gluten, soja, mleko, sezam, jajce), nesladek čaj, klementina	polnozrnato pecivo (gluten, soja, mleko, sezam, jajce), nesladek čaj, klementina	kostna juha (gluten, jajce, soja), segedin golaž, kuhan krompir v kosih, ne sladek bezgov čaj, voda	polnozrnata štručka (gluten, soja, mleko, sezam), jabolko
14. 2. 2023	kruh z marmelado (gluten, soja, mleko, sezam, jajce), bela kava (mleko), jabolko	ribe tune (ribe), polčrni kruh (gluten, soja, mleko, sezam), bezgov čaj, klementine	cvetačna juha (gluten), pleskavica, džuveč riž-polnozrnati (sledi glutena, soje), zeljna solata s fižolom (soja), voda, ne sladek čaj	jabolko, eko rženi kruh (gluten, soja, mleko, sezam)
15. 2. 2023	skutni namaz (mleko), polbeli kruh (gluten, soja, mleko, sezam), toplo mleko (mleko), jabolko	navadni jogurt (mleko), polnozrnata štručka (gluten, soja, mleko, sezam, volčji bob), jabolko	zelenjavna enolončnica (gluten, jajce), ajdovi štruklji (gluten, jajce, mleko, soja), voda	pomaranča, ajdov kruh (gluten, soja, sezam)
16. 2. 2023	ribe tune (ribe), polčrni kruh (gluten, soja, mleko, sezam), ne sladek bezgov čaj, korenje	sir gauda (mleko), puranja prsa, kislo zelje, eko rženi kruh (gluten, soja, mleko, sezam), ne sladek planinski čaj	goveja juha čista, pečen piščanec, zelenjavna priloga, polnozrnate testenine na maslu (gluten, jajca, soja), rdeča pesa, voda	ovsen kruh (gluten, soja, mleko, sezam), mleko (mleko)
17. 2. 2023	maslo (mleko), koruzni kruh (gluten, soja, mleko, sezam), mleko (mleko), klementine	mlečni polnozrnat riž ne sladek (gluten, soja, mleko, sezam), jabolko	brokolijeva juha (gluten), pečen losos (riba, gluten, jajce, soja), krompir v kosih, sestavljena solata-motovilec, zelena solata, voda	banana, kruh (gluten, soja, mleko, jajce, sezam)

VAROVALNA DIATA – vsebuje živila in jedi z manj maščob, sladkorjev, manj aditivov (barvil, ...), več polnozrnatih žitnih izdelkov. Podroben popis alergenov in alergenov v sledeh je napisan v jedilniku za vrtec in šolo. Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Obroki lahko vsebujejo živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost (iz priloge EU 1169/2011), zapisana so v oklepaju:

1. žita - gluten, 2. raki, 3. jajca, 4. ribe, 5. arašidi, 6. zrnje soje, 7. mleko, 8. oreščki, 9. listna zelena, 10. gorčično seme, 11. sezamovo seme, 12. žveplov dioksid – SO₂, 13. volčji bob, 14. mehkužci. Alergeni so obarvani rjavo.

V dopoldanskem času imajo učenci na razpolago vodo in ne sladek čaj. Pridržujemo si pravico do spremembe jedilnika!



JEDILNIK DIETA – DIETA VAROVALNA

FEBRUAR 2023

DATUM	ZAJTRK	MALICA	KOSILO	POPOLDAN. MALICA
20. 2. 2023	koruzni kosmiči s toplim mlekom (gluten, soja, mleko, sezam), suhe brusnice (žveplov dioksid)	sirov burek (gluten, soja, mleko, sezam), tekoči jogurt (mleko), jabolko	korenjeva juha (gluten, jajce), makaronovo meso (gluten, jajce, soja) z govejim mesom, zelena solata, nesladek čaj, voda, nashi	zelenjavni sirni namaz (mleko, gluten), polbeli kruh (gluten, soja, mleko, sezam)
21. 2. 2023	puranja šunka, sir (mleko), ovsen kruh (gluten, soja, mleko, sezam), kisl paprika, planinski čaj z limono	krof z marmelado (gluten, soja, mleko, sezam, jajce, oreščki), mleko (mleko), jabolko topaz	porova juha, svinjska pečenka, svaljki s skuto (gluten, soja, jajca, mleko), kislo zelje v solati, voda, razredčen sok	banana, mleko (mleko)
22. 2. 2023	umešan jajček (jajce), eko ovseni kruh (gluten, soja, mleko, sezam), bela kava (mleko, gluten), korenje	sirni namaz (mleko), ržen kruh (gluten, soja, mleko, sezam), nesladek sadni čaj, nashi	eko korenjčkova juha (gluten, soja, jajce), osličev file (gluten, ribe, soja, jajce), pire krompir (mleko), zeljna solata s kuhanim, eko jajčkom (jajce), voda, nesladek čaj	pomaranča, kruh (gluten, soja, mleko, jajca, sezam)
23. 2. 2023	ovseni kosmiči z mlekom (gluten, soja, mleko, sezam), kivi	mlečni zdrob s čokoladnim posipom (gluten, soja, mleko, sezam, oreščki, arašidi), banana	jota (gluten) z repo in mesom, ajdova palačinka, nesladkeek kompot, voda	jabolko, ajdov kruh (gluten, soja, sezam)
24. 2. 2023	kisla smetana, eko ržen kruh (gluten, soja, mleko, sezam), ne sladek hibiskusov čaj, jabolko	sir trapist (mleko), suha salama, kisl repa, eko ržen kruh (gluten, soja, mleko, sezam), nesladek čaj, kivi	grahova juha (gluten), telečja polnozrnata rižota (v sledeh gluten, soja), rdeča pesa v solati, ne sladek čaj, voda	polnozrnata štručka (gluten, soja, mleko, sezam), klementina,

VAROVALNA DIATA – vsebuje živila in jedi z manj maščob, sladkorjev, manj aditivov (barvil, ...), več polnozrnatih žitnih izdelkov. Podroben popis alergenov in alergenov v sledeh je napisan v jedilniku za vrtec in šolo. Lokalno pridelana živila so obarvana zeleno. Eko ali bio izdelki so obarvani modro.

Obroki lahko vsebujejo živila, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost (iz priloge EU 1169/2011), zapisana so v oklepaju:

1. žita - gluten, 2. raki, 3. jajca, 4. ribe, 5. arašidi, 6. zrnje soje, 7. mleko, 8. oreščki, 9. listna zelena, 10. gorčično seme, 11. sezamovo seme, 12. žveplov dioksid – SO₂, 13. volčji bob, 14. mehkužci. Alergeni so obarvani rjavo.

V dopoldanskem času imajo učenci na razpolago vodo in ne sladek čaj. Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika!