



DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PO, 12. 2.	BIO ajdov mešani kruh (1: pšenica), kislja smetana (7), BIO med (/), BIO mleko, (7), rezina jabolka (/)	Krompirjeva juha s pastinakom (7, 9), rižota (tri žita) s puranjim mesom in zelenjavo (por, bučke, paradižnik, korenje, čebula) (1: pira, ječmen), endivija in radič s krompirjem (/)	Navadni BIO jogurt (7) 150 g v lončku, koruzni kosmiči (1: ječmen) in BIO ovseni kosmiči (1: oves) ter suhe jabolčne kockice (/) in brusnice (/)
TO, 13. 2. Pustni torek	BIO pirin kruh (1: pira), EKO goveja hrenovka (/) gorčica (10), otroški čaj	Jota s kislim zeljem, krompirjem in fižolom ter s svežim telečjim mesom (1: pšenica), pustni krof (1: pšenica, 3, 6, 7), domača limonada iz limon, pomaranč in grenivk, brez dodanega sladkorja (/)	BIO makova blazinica (prerezana, 1: pšenica), maslo (7), kakav* (6,7)
SR, 14. 2. PEPELNIČNA SREDA	Mlečni riž (7), kakav (6), rezine hrušk	Ohrovtova kremna juha s strtimi bučnimi semeni in z bučnim oljem (/), polpeti z zmletim ribjim file postrvi (1: pšenica, pira, 3, 6,7), rezina limone (/), krompir v kosih z oljčnim oljem(/), sesekljana blitva z oljčnim oljem brez česna (/), zelena solata z motovilcem in koruzo (/)	Jabolko (/), sirovka (1: pšenica, 6, 7)
ČE, 15. 2.	BIO pšenični kruh z dodatkom korenja (1: pšenica), rezina sira (3, 7), ščep kislega repe, planinski čaj	Cvetačna kremna juha (7), mesna lazanja z mletim EKO junčjim mesom in bučkami (1: pšenica, 3, 7, 9), zelje in radič štrucar z oljčnim oljem in fižolom (/)	Banana (/), BIO pitno mleko 150 ml (7)
PE, 16. 2. BREZMESNI DAN	BIO ovsena mešana blazinica (prerezana) (1: pšenica, oves, rž), domač čičerikin namaz za male gurmane (/), trdo kuhano BIO jajce (3), listi zelene solate, kakav (6,7)	Fižolova kremna juha z ribano kašo (1: pšenica, 3, 9), domači sirovi* štruklji z zelenjavno prilogo iz cvetače, brokolija in korenja z maslom in drobtinami (1: pšenica, 3, 6, 7)	Sadno – žitna rezina s temno čokolado (1: oves, 6, 12), klementina (/) ali rdeča pomaranča (/)
Pri sestavljanju jedilnika so s svojimi željami pomagali otroci iz enote Mjuca, skupina Čebele. Hvala otroci in dober tek!			
PO, 19. 2.	Ovseni mešani kruh BA (1: PŠENICA, OVES, RŽ), ribji namaz z BIO maslom in skušami (4, 7), ščep kislega zelja (/), planinski čaj (/)	Porova kremna juha (7), piščanec (BKK) po dunajsko (1: pšenica, 3, 6, 7), rezina limone (/), dušen riž z dodatkom BIO ajdove kaše (/), belo zelje in malo rdečega zelja s fižolom in z oljčnim oljem (/)	Navadni jogurt 150 (7), med v skodelici (/), koruzni mešani kruh BA (1: pšenica)
TO, 20. 2.	Graham kruh (1: pšenica), sirno-zelenjavni namaz (3,7), listi zelene solate (/), kakav (6,7)	Kolerabna mineštra s fižolom in krompirjem ter s prekajenim puranjim mesom, zabeljena z oljčnim oljem in svežim česnom ribano kašo (1: pšenica, 3, 9), domač carski praženec iz BIO pirine polnozrnat moke z rozinami (1: pšenica, pira, 3, 7), preliv iz zamrznjenih jagod za bananami (/), pomarančni sok (/), 1 dcl, voda	BIO pica s pelati in sirom (1: pšenica, 7), domač čaj z medom in limono (/)
SR, 21. 2.	Palačinke (1: pšenica, 3, 7), BIO jagodna marmelada (/), BIO mleko (/)	Minjon korenčkova juha (1: pšenica, 3, 9), dušeno kislo zelje s fižolom (/), pire krompir (7), pečenica manj začinjena (/)	Jabolko (/), BIO pirina blazinica z rozinami (1: pira)
ČE, 22. 2.	BIO pirin zdrob na BIO mleku (1: pira, 7), dušena jabolka s cimetom (/)	Goveja juha z rezanci (1: pšenica, 3, 9), kuhana govedina (/), hrenova omaka za male gurmane (7), pražen krompir (/), endivija in radič štrucar z bučnim oljem (/)	Masleni fr roglič (1: pšenica, 3, 7), klementina (/) ali rdeča pomaranča (/)
PET, 23.2. BREZMESNI DAN	Ovseno pecivo brez aditivov (prerezano) (1: pšenica, oves, rž), rezina sira (7), ščep kislega zelja (/), sadni čaj (/)	Fižolova kremna juha z ribano kašo (1: pšenica, 3, 9), skutini tortelini (1: pšenica, 3, 6, 7), kremna špinača s čičerikino moko (7), rdeča pesa (/)	BIO sadni kefir s slamico (7), grisini (1: pšenica)

Uporabljen ekološka živila: BIO skuta ali albuminska skuta*, BIO jajca*, BIO koruzni zdrob

Pridržujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez obvestila. Z razumevanjem.

Zapisała: Andreja Podržaj



JEDILNIK OTROKE OD 2 DO 6 LET – FEBRUJAR 2018



Mestna občina
Ljubljana



Za dopoldansko malico imajo otroci na razpolago dve vrsti svežega sezonskega sadja in zelenjave.

Sadje: pomaranče, rdeče pomaranče, klementine, klemenvile, mandore, mineole, hruške, kaki, naši, jabolko, ananas, melona, kivi, banane. Sadje ne vsebuje alergenov.

Zelenjava: kislo zelje, kislja repa, listi zelene solate, korenje, rumena kolerabica. Ne vsebuje alergenov.

Po posvetu z dobaviteljem o zrelosti sadja se iz seznama napisanega sadja in zelenjave vsak dan sestavi dopoldanski sadni krožnik, po mlečnih zajtrkih sadno- zelenjavni krožnik.

Navedba alergenov v skladu s prilogo II, Uredba o izvajanju 1169/2011, Ur. list RS, št. 6/2014.

Jedi 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.