

# VRTEC MOJCA, JEDILNIK ZA OTROKE OD 2 DO 6 LET

## JANUAR 2021



Mestna občina  
Ljubljana



Ekošola



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	MALICA
PON 18.01.	ovseni mešani kruh (1:pšenica, oves, rž) korenčkov namaz (7) zelene olive brez koščic (/) otroški čaj (/)	sadni krožnik (/)	zelenjavna juha (cvetača 50%, korenček 30%, krompir 20%) široki rezanci (50% polnozrnati, 50% špinačni) (1: pšenica, 3, 7) puranji file v naravni omaki z graham in korenčkom (/) zelje v solati z fižolom (/) voda (/)	jabolko (/) pisani kruh
TOR 19.01.	ovseni kosmiči (sesekljeni) kuhani na mleku* (1:oves, 7) dušene jagode z banano (/) pšenični kruh iz polnovredne moke (črn) (1: pšenica)	sadno – zelenjavni krožnik (/)	kremna cvetačna juha (9) dušena kislja repa (/) pečenica (/) matevž (pire krompir z fižolom) (7) voda (/)	pšenični kruh (1:pšenica) rdeča pomaranča (/)
SRE 20.01.	pirin kruh (1: pira) med (/) maslo (7) planinski čaj (/)	sadni krožnik (/)	telečja obara IK (/) ajdovi žganci (/) puđingovo skutno pecivo z gozdnimi sadeži (7) limonada (iz limon in grenivk aromatizirana s 100% bezgovim sokom) (/)	navadni jogurt * 150ml (7) med (/) grisini navadni (1: pšenica)
ČET 21.01.	pšenično črno pekovsko pecivo – štručka, prerezana (1:pšenica) piščančja hrenovka brez ovoja (IK) (/), gorčica(10) kislo zelje (/) sadni čaj (/)	sadni krožnik (/)	kremna juha iz brstičnega ohrovt (9) tunina pita (1:pšenica,3,7) radič s krompirjem (/) voda (/)	kamutovi keksi* (1:pšenica, kamut) kaki vanilija (v kosu ali kašica) (/)
PET 22.01. BREZMESNI DAN	pirin kruh (1:pšenica, pira) kuhano jajce*(/) kisle kumarice (/) bela kava IK( 1:ječmen, 7)	sadni krožnik (/)	kremna juha iz stročnic (fižol, leča) (9) koruzne palčke (1:pšenica, 3, 7) kisla smetana (7) zelena solata z rdečo peso(/) voda (/)	banana (/)

Otroci imajo na voljo poleg napitkov pri zajtrku in kosilu na voljo vodo, vodo aromatizirano s sadjem in limonade brez dodanega sladkorja ali druge nesladkane zeliščne in sadne čaje vsak dan. **Sadni in/ali zelenjavni krožnik:** Dopoldansko malico predstavlja sadno in/ali zelenjavni krožnik, ki se prilagaja sezonsko z upoštevanjem razpoložljivosti sadja. Po posvetu z dobaviteljem o zrelosti in razpoložljivosti sadja in/ali zelenjave se iz seznama, ki sledi v nadaljevanju vsak dan sestavi dopoldanska malica.

**Sveže in suho sadje:** sveže sadje: jabolka, hruške, slive, banane, kaki, klementine, grenivke, pomaranče, mandarine, ananas, suhe slive, suhe marelice. **Zelenjava:** korenček, kolerabica, list zelene solate, olive, kislja repa, kislo zelje, vložene kumarice, vložena paprika.

**Označevanje: Alergeni:** Jedi so označene s številkami alergenov, ki jih vsebujejo. **Sheme kakovosti:** Jedi, ki vsebujejo ekološko pridelana živila so obarvana modro barvo in označena z zvezdico (\*). Izbrana kakovost je označena s kratico IK.

**Opomba:** Pridružujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez predhodnega obvestila. Zapisala: Aida Seferović, organizatorica prehrane in ZHR