

VRTEC MOJCA, JEDILNIK ZA OTROKE OD 2 DO 6 LET
SEPTEMBER 2021



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	MALICA
PON 30. 8.	polnozrnat pšenični kruh* (1: pšenica) jagodni džem*(/) maslo (7) planinski čaj (/)	sadni krožnik (/)	milijonska juha s korenčkom in zdrobom (1:pšenica, 3, 9) testenine – svedrčki (1:pšenica, 3) mesna polivka z mesom mlade govedine (1: pšenica, 9) riban sir (3,7) rdeča pesa v solati (/) voda (/)	navadni jogurt, probiotični IK (7) ovseni mešani kruh* (1:pšenica, oves)
TOR 31. 8.	pšenični zdrob na mleku* (1:pšenica, 7) čokoladni posip (/) pšenični kruh iz polnovredne moke (črn) (1: pšenica)	sadno – zelenjavni krožnik (/)*	cvetačna kremna juha (9) puranji trakci v zelenjavni omaki (9) potlačen krompir z oljčnim oljem (/) zelena solata (/) voda (/)	sezonsko sadje (/) pirini keksi z marmelado* (1: pira, 7)
SRE 1. 9.	kruh s semeni (1:pšenica, 11) puranja prsa (/) paradižnik (/) list zelene solate (/) sadni čaj (/)	sadni krožnik (/)	boranja s telečjim mesom in krompirjem (1:pšenica, 9) pisan kruh (1:pira, pšenica) kepica sladoleda (1: pšenica, 7) sezonsko sadje (/) voda (/)	sadni jogurt IK (7) grisini - polnozrnat (1:pšenica)
ČET 2. 9.	riž na mleku* (7) brusnice (/) pšenični kruh iz polnovredne moke (črn) (1: pšenica)	sadni krožnik (/)	špinačna kremna juha (7,9) ragu s piščančjim mesom in grahom (1: pšenica, oves, 9) kus kus (1:pšenica) zelena solata z naribanim korenčkom (/) voda (/)	banana (/)
PET 3. 9. BREZMESNI DAN	koruzni kruh (1:pšenica) sirno-zelenjavni namaz (3, 7) paprika (/) kakav (/)	sadni krožnik (/)	kremna juha iz pora in bučk z ovsenimi kosmiči (1:ovs, 9) zelenjavna rižota iz treh žit z lečo (1:pira, ječmen, 9) zelje v solati s fižolom in bučnim oljem(/) voda (/)	francoski masleni rogljič brez marmelade (1:pšenica, 3, 7) dnevni napitek (/)

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, banane, grenivke, ananas, slive, grozdje, ringlo. **Zelenjava:** korenček, kolerabica, list zelene solate, kumare, paprika, paradižnik, olive

Označevanje: Alergeni: Jedi so označene s številkami alergenov, ki jih vsebujejo. **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 kratiko IK.

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

VRTEC MOJCA, JEDILNIK ZA OTROKE OD 2 DO 6 LET
SEPTEMBER 2021



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	MALICA
PON 6. 9.	pirin mešani kruh* (1: pšenica, pira) ribji namaz s skušo (4, 7) paprika (/) planinski čaj (/)	sadni krožnik (/)	blitvina kremna juha (7,9) golaž iz mlade govedine (1:pšeniac, 9) polenta (/) zelena solata s čičeriko(/) voda (/)	navadni jogurt IK (7) pšenični mešani kruh z dodatkom zelenjave* (1:pšenica)
TOR 7. 9.	prosenka kaša na mleku* (7) suhe slive drobno nasekljane (/) <i>pšenični kruh iz polnovredne moke (črn) (1: pšenica)</i>	sadno – zelenjavni krožnik (/)*	brokolijska kremna juha (9) pečena piščančja stegna z omako (9) dušen riž z rožmarinom (/) zelena solata (/) voda (/)	sezonsko sadje (/) masleni polnozrnat piškoti (1: pšenica, 3, 5, 6, 7)
SRE 8. 9.	ajdov kruh (1:pšenica) mesno zelenjavni namaz (3, 7) paradižnik (/) otroški čaj (/)	sadni krožnik (/)	sladko paradižnikovo zelje s krompirjem in puranjim mesom (9) pisani kruh (1:pšenica) skutin zavitek z borovnicami (1:pšenica, 3, 7) limonada (iz limon in grenivk aromatizirana s 100% bezgovim sokom) (/)	sadni jogurt, probiotični (IK) (7) pisani kruh (1:pšenica)
ČET 9. 9.	močnik iz pšenične črne moke na mleku* (1:pšenica, 3, 7) dušena hruška (/) <i>pšenični kruh iz polnovredne moke (črn) (1: pšenica)</i>	sadni krožnik (/)	porova kremna juha (9) afriški som v koruzni srajčki (4) zelenjavni pire (krompir in cvetača) (7) zelena solata s korenčkom (/) voda (/)	pica s sirom* (1:pšenica, 7) dnevni napitek (/)
PET 10. 9. BREZMESNI DAN	ovseni mešani kruh* (1:pšenica, oves) čičerikin namaz (3, 7) paprika (/) mleko IK (7)	sadni krožnik (/)	fižolova kremna juha z ribano kašo (7, 9) sirovi tortelini (1:pšenica, 3, 7) paradižnikova omaka zgoščena s čičeriko (9) riban sir (7, 3) zelje v solati (7) voda (/)	banana (/)

e

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, banane, grenivke, ananas, slive, grozdje, ringlo. **Zelenjava:** korenček, kolerabica, list zelene solate, kumare, paprika, paradižnik, olive

Označevanje: Alergeni: Jedi so označene s številkami alergenov, ki jih vsebujejo. **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: Lidija Baša, organizatorica prehrane in ZHR

VRTEC MOJCA, JEDILNIK ZA OTROKE OD 2 DO 6 LET
SEPTEMBER 2021



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	POP. MALICA
PON 13. 9.	rženi mešani kruh* (1: pšenica, rž) jagodni džem*(/) kisla smetana (7) planinski čaj (/)	sadni krožnik (/)	ajdova juha z zelenjavo (9) piščančji paprikaš (1: pšenica, oves, 9) krompirjevi svaljki s pirino moko in s prepraženimi drobtinami (1:pira, pšenica 3, 7) rdeča pesa (/) voda (/)	kislo mleko – čvrsto IK (/) ajdov mešani kruh* (1:pšenica)
TOR 14. 9.	pirin zdrob na mleku* (1: pira, 7) dušena jabolka s cimetom (/) pšenični kruh iz polnovredne moke (črn) (1: pšenica)	sadno – zelenjavni krožnik (/)*	paradižnikova juga zgoščena z rdečo lečo (9) svinjska pečenka v zelenjavni omaki (9) pražen krompir (/) zelena solata s paradižnikom (/) voda (/)	sezonsko sadje (/) kamutovi keksi* (1:kamut)
SRE 15. 9.	ovseni kruh brez aditivov (1:pšenica, oves) piščančja prsa (/) list zelene solate (/) kumare (/) planinski čaj (/)	sadni krožnik (/)	ohrovtova mineštra z mesom mlade govedine (9) pisan kruh (1:pšenica, ječmen) slivovi cmoki s prepraženimi drobtinami in cimetom (1:pšenica, 3, 7, 12) sadno – zelenjavni sok (/) voda (/)	sadna skuta IK (7) pšenični kruh (1:pšenica)
ČET 16. 9.	jogurt navadni IK (7) sirova štručka (1:pšenica, 7) korenje narezano na kolobarje (/)	sadni krožnik (/)	bučkina kremna juha s strtimi bučnimi semeni in bučnim oljem (7,9) testenine – fuži (1:pšenica, 3) losos v zelenjavno – smetanovi omaki (4, 7) zelena solata (/) voda (/)	banana (/)
PET 17. 9. BREZMESNI DAN	pšenični polnozrnat kruh (Graham) (1: pšenica) jajčni namaz* (3, 7) paprika (/) kakav (7)	sadni krožnik (/)	kremna juha iz stročjega fižola (9) zelenjavna rižota z ajdovo kašo (riž 50%, ajdova kaša 50%) (9) zelje v solati s fižolom in bučnim oljem (/) voda (/)	kruhovi rogljiči (mlečni) (1:pšenica, 7) dnevni napitek (/)

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, banane, grenivke, ananas, slive, grozdje, ringlo. **Zelenjava:** korenček, kolerabica, list zelene solate, kumare, paprika, paradižnik, olive

Označevanje: Alergeni: Jedi so označene s številkami alergenov, ki jih vsebujejo. **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: Lidija Baša, organizatorica prehrane in ZHR

VRTEC MOJCA, JEDILNIK ZA OTROKE OD 2 DO 6 LET
SEPTEMBER 2021



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	MALICA
PON 20. 9.	pirin mešani polnozrnat kruh* (1: pšenica, pira) med (/) maslo (7) planinski čaj (/)	sadni krožnik (/)	kremna juha bučk s strtimi bučnimi semeni in bučnim oljem (9) pire krompir (7) čufti - mesne kroglice iz svinjine (30 %), mlade govedine (70 %) in riža v paradižnikovi omaki (1:pšenica, oves) zelena solata (/) voda (/)	jogurt navadni IK (7) koruzni mešani kruh* (1:pšenica)
TOR 21. 9.	riž na mleku* s prosenimi kosmiči* (7) dušena jabolka s cimetom (/) pšenični kruh iz polnovredne moke (črn) (1: pšenica)	sadno – zelenjavni krožnik (/)*	korenčkova juha s proseno kašo* (9) puranji zrezek v sezamovem ovoju (1:pšenica, 3, 11) zeljne krpice (1:pšenica, 3) zelena solata (/) voda (/)	sezonsko sadje (/) koruzni kruh (1:pšenica)
SRE 22. 9.	pšenično črno pekovsko pecivo – kajzerica (1:pšenica) kuhan pršut (/) listi zelene solate (/) zelene olive (/) sadni čaj (/)	sadni krožnik (/)	ješprenj s piščančjim mesom* in zelenjavo (9) pisan kruh (1:pira, pšenica) čokoladni biskvit z višnjami (1:pšenica, 3, 7) limonada (iz limon, grenivk ter aromatizirana s 100 % bezgovim sokom) (/)	sadni kefir* (7) pirini (polnozrnat) piškoti z ovsenimi kosmiči (1:pira, oves, 3, 7)
ČET 23. 9.	ajdove palačinke (1:pšenica, 3, 7) šipkova marmelada (/) mleko (7)	sadni krožnik (/)	cvetačno brokolijeva kremna juha (9) postrvji polpet (1:oves, 3, 4) đuveč riž (/) zelje v solati z naribanim korenčkom (/) voda (/)	polžek s sirom (1:pšenica, 3, 7) dnevni napitek (/)
PET 24. 9. BREZMESNI DAN	kruh s semeni* (1:pšenica, 11) rezina sira (7) paprika (/) kakav (7)	sadni krožnik (/)	grahova kremna juha (9) slani sirovi štruklji s prepraženimi drobtinami na maslu (1:pšenica, 3, 7) zelena solata s fižolom in bučnim oljem (/) 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, banane, grenivke, ananas, slive, grozdje, ringlo. **Zelenjava:** korenček, kolerabica, list zelene solate, kumare, paprika, paradižnik, olive

Označevanje: Alergeni: Jedi so označene s številkami alergenov, ki jih vsebujejo. **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: Lidija Baša, organizatorica prehrane in ZHR

VRTEC MOJCA, JEDILNIK ZA OTROKE OD 2 DO 6 LET
SEPTEMBER 2021



DATUM	ZAJTRK	DOP. MALICA	KOSILO	MALICA
PON 27. 9.	pisani kruh* (1: pšenica, oves) sirno smetanov namaz (IK) (7) kumare (/) planinski čaj (/)	sadni krožnik (/)	kremna juha iz brstičnega ohrovta (9) ješprenova rižota s puranjim mesom in zelenjavo (korenje, gomolj zelene, grah, bučke, jajčevac, paprika, paradižnik) (9) zelena solata (/) voda (/)	kefir IK (7) kruh z rozinami* (1:pšenica)
TOR 28. 9.	ovseni kosmiči na mleku (1:oves, 7) dušena jabolka s cimetom (/) pšenični kruh iz polnovredne moke (črn) (1: pšenica)	sadno – zelenjavni krožnik (/)*	paradižnikova juha z rižem (9) čebulna bržola – meso mlade govedine v čebulni omaki (9) kruhovi cmoki (/) zelena solata (/) voda (/)	sezonsko sadje (/) pšenični keksi* (1:pšenica)
SRE 29. 8.	pirin kruh (1:pšenica, pira) puranja prsa (/) listi zelene solate (/) zelene olive (/) sadni čaj (/)	sadni krožnik (/)	obara s piščančjim mesom, zelenjavo in čičerikinimi žličniki (9) jogurtovo pecivo z borovnicami (1:pšenica, 3, 7) 100% jabolčni sok* in voda (/)	sadni jogurt, probiotični (IK) grisini – navadni (1:pšenica)
ČET 30. 9.	sezamova štručka (1:pšenica, 7) mleko IK (7) korenje narezano na kolobarje (/)	sadni krožnik (/)	kremna juha iz zelene (9) novozelandski repak v sezamovi srajčki (1:pšenica, 3, 4, 11) dušen riž (/) zelenjavna omaka (9) zelje v solati z naribanim korenčkom (/) voda (/)	banana (/)
PET 1. 10. BREZMESNI DAN	ržen kruh (pšenica, rž) trdo kuhano jajce (3) maslo (7) paprika (/) bela kava (7, 1: rž, ječmen)	sadni krožnik (/)	kremna fižolova juha (9) cvetačno-brokolijev polpet z ovsenimi kosmiči (1:oves, 3, 7) zelenjavni pire (krompir, hokaido buča) zelena solata s čičeriko in bučnim oljem (/) voda (/)	medenjaki (1:pšenica, 3, 7) dnevni napitek (/)

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, banane, grenivke, ananas, slive, grozdje, ringlo. **Zelenjava:** korenček, kolerabica, list zelene solate, kumare, paprika, paradižnik, olive

Označevanje: Alergeni: Jedi so označene s številkami alergenov, ki jih vsebujejo. **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: Lidija Baša, organizatorica prehrane in ZHR



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

Živila oziroma jedi na jedilniku vsebujejo surovine, ki pri majhnem deležu populacije povzročajo alergijske reakcije, zato 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 na jedilniku označeni s številkami od 1. do 14., lahko posamezna živila vsebujejo vse zgoraj naštetih alergene tudi 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.