



VRTEC TEZNO MARIBOR

Dogoška cesta 20, 2000 Maribor
Telefon: 02/4600210, e-naslov: vrtec.tezno@guest.arnes.si



Erasmus+

JEDILNIK ZA MESEC AVGUST 2020

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 3. 8.	lokalna domača jagodna marmelada, maslo, ržen kruh, mleko	dušeno puranje stegno s paradižnikom, papriko, bučkami in melancani, BIO pirini peresniki, BIO zelena solata z BIO rukolo	sadje, mini žemlja z otrobi
TOREK, 4. 8.	domač tunin namaz, češnjev paradižnik, rženi hlebec, sadni čaj	sezonska zelenjava s popečeno čičeriko in piščančjim filejem, dušen riž, BIO mlado zelje v solati	borovničev jogurt brez dodanega sladkorja, mini žemlja
SREDA, 5. 8.	BIO müsliji 5 žit z riževimi hrustki, tekoč navadni jogurt, mleko, sadna polivka, ovsen kruh	piščančja stegna v ovoju, krompirjeva solata s pisano papriko, kumarična solata, smetanov preliv z zelišči	sadje, orehovi roglički s kokosom in čokolado
ČETRTEK, 6. 8. BREZMESNI DAN	sirni namaz, zelena paprika, pirin kruh hribovc, bela žitna kava	zelenjavna enolončnica z BIO kvinojo, pirin kruh v modelu, domača presna sladica z datlji in sezonskim sadjem	banana
PETEK, 7. 8.	mlečni rogliček, čokoladno mleko, sezonsko sadje (ZAJTRK NA PROSTEM)	mesne kroglice /govedina in svinjina- v paradižnikovi omaki s papriko, pire krompir s cvetačo, lubenica	jabolko, ovsen kruh
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 10. 8.	BIO müsliji 5 žit z riževimi hrustki, navadni jogurt, mleko, ržen kruh, sadna polivka s sezonskim sadjem	špageti z bolonjsko omako / BIO govedina/ , BIO mlado zelje v solati s krompirjem	sadje, polnozrnata štručka s semeni
TOREK, 11. 8.	puranji zašinek, listi zelene solate, kajzerica, planinski čaj	puranji paprikaš s svežo rdečo in zeleno papriko, BIO polnovredna polenta, BIO zelena solata z BIO blitvo	sadni jogurt
SREDA, 12. 8.	BIO pirin zdrob z ovsenimi kosmiči na mleku, BIO POSIP /BIO kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/ , melona/lubenica	pečena piščančja stegna z bučkami in papriko, pražen krompir, paradižnikova solata z mlado čebulo	sadje, mlečni kruh
ČETRTEK, 13. 8. BREZMESNI DAN	mozzarella, češnjev paradižnik, črn kruh hribovc, medeni napitek*	melancani v ovoju, jogurtov preliv z zelišči iz vrta Mišmaš, dušen riž z BIO ajdovo kašo, BIO mlado zelje v solati	malinin jogurt brez dodanega sladkorja
PETEK, 14. 8.	makova štručka, mleko, sezonsko sadje (ZAJTRK NA PROSTEM)	zelenjavna mineštra s piščančjim mesom, polbel kruh, vaniljev sladoled s presnimi borovnicami	banana

***medeni napitek MEDO- voda, pomarančni in limonin sok, med in cimet.**

Za seznam alergenov v ponudbi jedi in živil se obrnite na vodjo enote.

Jedi solimo premišljeno in uporabljamo izključno piransko sol, ki se prideluje po več kot 700 let starem izročilu, zgolj s tradicionalnimi orodji in izključno ročno. Piranska sol je pri Evropski komisiji registrirana z zaščiteno označbo porekla.

Otrokom ponujamo jajca iz proste reje ter sezonsko sadje in zelenjavo iz integrirane pridelave. Prevladuje ponudba mleka in mlečnih izdelkov, ki nosijo oznako brez GSO.



OTROKE VZPODBUJAMO K PITJU VODE!

OTROCI IMAJO ČEZ DAN NA RAZPOLAGO SVEŽE SADJE IN KRUH !

Organizatorica prehrane: Valentina Zgubič



JEDILNIK ZA MESEC AVGUST 2020

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 17. 8.	BIO müsliji 5 žit z riževimi hrustki, BIO navadni jogurt , mleko, sadna polivka, črn kruh brez aditivov z manj soli	pečena svinjska vratovina z zelenjavo, rizibizi, paradižnikova solata z mlado čebulo in tuno	sadje, mlečna štručka
TOREK, 18. 8.	pašteta brez konzervansov, češnjev paradižnik, črn kruh brez aditivov z manj soli , medeni napitek*	sesekljana pečenka z govedino in BIO ovsenimi kosmiči , dušene bučke v omaki, pire krompir, borovničev sok	sadni jogurt
SREDA, 19. 8.	sirova štručka, mleko, sezonsko sadje (ZAJTRK NA PROSTEM)	dušeno puranje stegno v naravni omaki, kuskus, **presna »ocvrta« cvetača, BIO zelena solata	sadje, zrnata štručka
ČETRTEK, 20. 8. BREZMESNI DAN	med, kislá smetana, ovsen kruh, mleko	enolončnica s stročjim fižolom in BIO proseno kašo , ržen kruh, jogurtova strjenka z breskvami in BIO piro	banana
PETEK, 21. 8.	avokadov namaz z bučnimi semeni, nariban korenček, kruh turist, mlečna žitna kava	brokolijeva kremna juha s presnimi cvetovi brokolija, piščančji čevapčiči, mladi sir, ajvar, solatni listi, kajzerica, paradižnikova solata s kumaricami	nektarina, banana
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 24. 8.	skutina blazinica, mlečni kruh, mleko, sezonsko sadje (ZAJTRK NA PROSTEM)	piščančje stegno brez kosti in kože v naravni omaki, bulgur, BIO mlado zelje v solati s koruzo	sadje, koruzni kruh
TOREK, 25. 8. ZELENI DAN	čičerikin namaz, nadzemna koleraba, kruh hribovc, 100% pomarančni sok z vodo	minjon juha, metuljčki z zelenjavo in BIO tofujem , paradižnikova solata z baziliko	banana, slive
SREDA, 26. 8.	BIO prosena kaša na mleku, BIO POSIP /BIO kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/melona/lubenica	ribji file v ovoju, jogurtov preliv z zelišči, krompirjeva solata s pisano papriko	nektarine, koruzno pekovsko pecivo
ČETRTEK, 27. 8. BREZMESNI DAN	mozzarella, paradižnik z baziliko in oljčnim oljem, ovsen kruh, zeliščni čaj	zelenjavna enolončnica z BIO ajdovo kašo, pirin kruh v modelu , vanilijev sladoled z vročimi malinami	banana
PETEK, 28. 8.	lokalna marmelada, maslo, črn kruh brez aditivov z manj soli , kakav	piščančja hrenovka, kremna špinača, pire krompir	jabolko, rženo pekovsko pecivo
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 31. 8.	BIO polnovredni koruzni zdrob na BIO mleku, BIO POSIP /BIO kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/ , sezonsko sadje	bučkina kremna juha, makaronovo meso z BIO govedino, BIO zeljnata solata s krompirjem	jabolko, črn francoz s semeni

***medeni napitek MEDO- voda, pomarančni in limonin sok, med in cimet.**

Za seznam alergenov v ponudbi jedi in živil se obrnite na vodjo enote.

Jedi solimo premišljeno in uporabljamo izključno piransko sol, ki se prideluje po več kot 700 let starem izročilu, zgolj s tradicionalnimi orodji in izključno ročno. Piranska sol je pri Evropski komisiji registrirana z zaščiteno označbo porekla.

Otrokom ponujamo jajca iz proste reje ter sezonsko sadje in zelenjavo iz integrirane pridelave. Prevladuje ponudba mleka in mlečnih izdelkov, ki nosijo oznako brez GSO.



OTROKE VZPODBUJAMO K PITJU VODE!

OTROCI IMAJO ČEZ DAN NA RAZPOLAGO SVEŽE SADJE IN KRUH !