

## VRTEC TEZNO MARIBOR

Dogoška cesta 20, 2000 Maribor

Telefon: 02/4600210, e-naslov: vrtec.tezno@guest.arnes.si



Ekošola



Erasmus+

## JEDILNIK ZA OTROKE V JANUARJU 2021

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 4. 1.	lokalna marelična marmelada, maslo, mleko, <b>polbel kruh brez aditivov in z manj soli</b> , mleko, pomaranče in grenivke	telečja hrenovka, kremna špinača, pire krompir	sadje, mlečni kruh
TOREK, 5. 1.	domač ribji namaz, presna pečena paprika, ovsen kruh, planinski čaj	bolonjska omaka z <b>govedino</b> , testenine, kitajsko zelje z rdečim radičem in krompirjem v solati	sadna skutka
SREDA, 6. 1.	puranji šink, kisle kumarice, <b>črn kruh brez aditivov z manj soli</b> , šipkov čaj	puranji zrezek v ovoju, dušen riž z zelenjavo, jogurtov preliv, rdeča pesa v solati	sadje, mlečni rogliček
ČETRTEK, 7. 1. BREZMESNI DAN	sir edamec svež korenček-palčke, <b>polbel kruh brez aditivov z manj soli</b> , sadni čaj	fižolova mineštra z <b>BIO prekajenim tofujem</b> , ržen kruh, skutina pita z borovnicami, marelični sok	sadni jogurt
PETEK, 8. 1.	mlečni riž, <b>BIO POSIP / BIO presni kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/</b> , sadje	piščančja stegna brez kosti in kože v zelenjavni omaki, kuskus, zelen in rdeč radič s krompirjem v solati	banana
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK 11. 1.	koruzni močnik, <b>BIO POSIP / BIO presni kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/</b>	svinjska pečenka (vratovina), <b>BIO kislá repa, BIO ajdova kaša</b> , pražen krompir	sadje, ovsena bombetka
TOREK, 12. 1.	pašteta brez konzervansov, kisle kumarice, <b>črn kruh brez aditivov in z manj soli</b> , planinski čaj	paradižnikova juha z origanom, testenine karbonara s piščančjo šunko, zelená solata	<b>BIO mleko</b> , polnozrnata štručka s semeni
SREDA, 13. 1.	<b>BIO müsliji 5 žit</b> , čokoladni medvedki, lokalni navadni jogurt, presna jagodna polivka, ržen kruh, mleko	kremna bučkina juha, ribji file v ovoju, jogurtov preliv, dušen riž, rdeča pesa v solati	suhi jabolčni krhlji, koruzna bombetka
ČETRTEK, 14. 1. BREZMESNI DAN	mozzarella, svež korenček, <b>domač ržen kruh iz krušne peči</b> , mlečna žitna kava	bistra juha z zvezdicami, zelenjavna loparnica z <b>BIO drobljencem</b> , zeljnata solata s fižolom in krompirjem	jogurt s podloženim sadjem
PETEK, 15. 1.	lokalni slovenski med, kislá smetana, <b>črn kruh brez aditivov z manj soli</b> , mleko	krompirjev golaž z <b>BIO krompirjem</b> in kranjsko klobaso, <b>ržen hlebec iz krušne peči</b> , domač zavitek z jabolki	banana

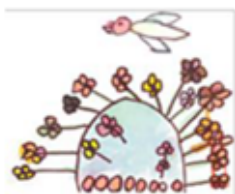
**Za seznam alergenov v ponudbi jedi in živil se obrnite na vodjo enote.**

**Otrokom ponujamo jajca iz proste reje ter sezonsko sadje in zelenjavo iz integrirane ali EKO 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



VRTEC TEZNO MARIBOR


Dogoška cesta 20, 2000 Maribor

Telefon: 02/4600210, e-naslov: vrtec.tezno@guest.arnes.si



Erasmus+

## JEDILNIK ZA OTROKE V JANUARJU 2021

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 18. 1.	<b>BIO mūsliji 5 žit</b> z riževimi hrustki, <b>lokalni navadni jogurt</b> , presna jagodna polivka, pirin kruh, mleko	segedin golaž s puranjim mesom, <b>BIO koruzna polenta, banana</b>	sadje, polnozrnata bombetka s semeni
 Torek, 19. 1. <b>Zeleni dan</b>	avokadov namaz z bučnimi semeni, nariban korenček, ovsen kruh, bezigov čaj	grahova kremna juha, testenine z zelenjavo, endivija in rdeč radič s fižolom v solati	<b>domača BIO pirina rezina MIŠMAŠ</b>
SREDA, 20. 1.	<b>BIO pirin zdrob na mleku, BIO POSIP / BIO presni kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/</b>	bistra juha z zeleno in zakuho, piščančja stegna brez kosti in kože v ovoju, rizibizi, jogurtov preliv, rdeča pesa v solati	sadje, ovsena žemljica
ČETRTEK 21. 1. <b>BREZMESNI DAN</b>	sirni namaz, suhe slive, koruzni kruh, kakav	brezmesni pasulj z <b>BIO prekajenim tofujem</b> , <b>koruzno-ržen hlebec iz krušne peči</b> . domač skutin sladoled z borovnicami	banana
PETEK, 22. 1.	domač ribji namaz, zabeljeno kisl paprika, <b>črn kruh brez aditivov z manj soli</b> , mlečna žitna kava	mesne kroglice v paradižnikovi omaki /govedina in svinjina/, krompir s cvetačo, pomelo	sadje, mlečni kruh
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 25. 1.	<b>lokalna jagodna marmelada</b> , maslo, kruh turist, mleko	kremna brokolijeva juha, makaronovo meso, rdeč in zelen radič v solati s krompirjem	sadje, koruzna žemljica
TOREK, 26. 1.	kuhan pršut, presni solatni listi, edamec, graham žemljica, šipkov čaj	telečja obara z domačimi ajdovimi žličniki, ržen kruh, praženec ( <b>BIO moka pšenice enozrnice</b> ), <b>lokalni hruškov sok</b>	sadni jogurt brez dodanega sladkorja
SREDA, 27. 1.	maslo, pisana paprika, ovsen kruh, mlečna žitna kava	korenčkova kremna juha, zelenjavna pita s svežim somom in <b>BIO paradižnikom</b> , zeleno solata z motovilcem	sadje, ajdov kruh z orehi
ČETRTEK, 28. 1. <b>BREZMESNI DAN</b>	domač čičerikin namaz, kisle kumarice, kajzerica, otroški čaj	brezmesna jota z <b>BIO kisl repo</b> in <b>BIO prekajenim tofujem</b> , ovsen kruh, domači buhtelj z <b>BIO marmelado</b> in <b>BIO pšenično moko</b>	<b>banana</b>
PETEK, 29. 1.	<b>BIO prosena kaša</b> na mleku, <b>BIO POSIP /BIO presni kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/</b>	cvetačna kremna juha, svinjska pečenka, zelenjavni riž z <b>BIO ajdovo kašo</b> , rdeča pesa v solati	jabolko, ovsen kruh

**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