

JEDILNIK VRTEC JULIJ 2021

ČETRTEK	1. 7.	M	Navadni jogurt, polivka iz borovnic, koruzni kruh, jabolko Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Dušen riž z zelenjavo, pečen piščanec, mešana solata (paradižnik, paprika, kumare, mlada čebula), sadna kupa Alergeni: gluten (pšenica), jajca, list zelene, g. seme
PETEK Brezmesni dan	2. 7.	M	Bela kava, orehov rogljiček, marelica Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, oreščki (orehi)
		K	Pire krompir, sojini polpeti, zelena solata s svežo špinačo, jogurtov napitek s sadjem Alergen: gluten (pšenica), laktoza, soja
PONEDELJEK	5. 7.	M	Zeliščni čaj, polnozrnat kruh, otroška pašteta, paradižnik, grozdje Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Goveji golaž s pasirano zelenjavo, polenta, zelena solata, probiotični jogurt Alergeni: gluten (pšenica), g. seme, laktoza, jajca
TOREK	6. 7.	M	Pirin zdrob na mleku, banana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Puranji zrezki v omaki z zelenjavo, dušen riž z graham, zelena solata s čičeriko Alergeni: gluten
SREDA	7. 7.	M	Šipkov čaj z medom, mešani kruh, puranja šunka, kocke sira, list zelene solate, ameriške borovnice Alergeni: gluten (pšenica)
		K	Goveja juha z zvezdicami, krompirjeva omaka s svežimi kumaricami in govedino, sladoled Alergeni: list zelene, gluten (pšenica), jajca, laktoza
ČETRTEK	8. 7.	M	Mleko, koruzni kosmiči, sliva Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Piščančji zrezek v zelenjavni omaki, široki rezanci z dodatkom špinače, kumarična solata s krompirjem, 100 % sok Alergeni: gluten (pšenica), jajca
PETEK Brezmesni dan	9. 7.	M	Bela kava, rženi kruh, sirni namaz, paprika, melona Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Zelenjavna enolončnica, zdrobovo pecivo z jabolki in orehi, mešani kompot Alergeni: gluten (pšenica), jajca, laktoza, list zelene, oreščki (orehi)
PONEDELJEK	12. 7.	M	Planinski čaj z limono, rženi kruh, skutin namaz z zelišči, paradižnik, nektarina Alergeni: gluten (pšenica, rž), laktoza
		K	Čufti v omaki, cvetačni pire, zelena solata, grozdje Alergeni: gluten (pšenica), jajca, laktoza, g. seme
TOREK	13. 7.	M	Mleko, koruzni žganci, banana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Porova juha, popečene piščančje krače brez kosti in kože s papriko, kuskus s korenčkom, zelena solata s proseno kašo Alergeni: gluten (pšenica)
SREDA	14. 7.	M	Sadni čaj z limono, polnozrnat kruh, šunka v ovoju, list zelene solate, melona Alergeni: gluten
		K	Testenine s puranjim mesom in zelenjavo, zelena solata s paradižnikom, domači buhtelj z marmelado Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
ČETRTEK	15. 7.	M	Kakav, kajzerica, rezina sira, paprika, lubenica Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, oreščki
		K	Pečena sv. ribica, pražen krompir, bučke v omaki, sok rdeče sadje Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
PETEK	16. 7.	M	Zeliščni čaj z limono, sojin kruh, maslo, med, ameriške borovnice Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, soja



OSNOVNA ŠOLA MUTA
 ŠOLSKA ULICA 6
 TEL: 02 88 79 520; FAX: 02 88 79 533
 E-pošta: group1.ossgmu@guest.arnes.si

Brezmesni dan		K	Prežganka, ocvrt morski list, dušen riž z grahom, zelena solata s paradižnikom Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene
PONEDELJEK	19. 7.	M	Bela kava, polnozrnat kruh, otroška pašteta, paradižnik, lubenica Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Makaronovo meso z zelenjavo, paradižnikova solata z mocarelo in svežo baziliko, sladoled Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, g. seme
TOREK	20. 7.	M	Zeliščni čaj, mešani kruh, mlečni namaz, sveže kumare, marelica Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Krompirjev golaž s hrenovko in svežo rdečo papriko, polnozrnat kruh, sadna solata iz sezonskega sadja Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
SREDA	21. 7.	M	Planinski čaj z limono, graham kruh, puranja šunka, paradižnik, melona Alergeni: gluten (pšenica)
		K	Kremna brokolijeva juha, pečeni piščančji file, kuskus s cvetačo, zelena solata s kumarico in čebulo Alergeni: gluten (pšenica)
ČETRTEK	22. 7.	M	Navadni jogurt, koruzni kosmiči, nektarina Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Kruhova rulada, puranji zrezek v porovi omaki, zeljna solata s krompirjem, lubenica Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca
PETEK Brezmesni dan	23. 7.	M	Mleko, sojin kruh, ribji namaz, paprika, ameriške borovnice Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, soja
		K	Fižolova juha s korenčkom, palačinke z marmelado, jabolčna čežana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, ribe
PONEDELJEK	26. 7.	M	Planinski čaj z limono, obloženi kruhki (rženi kruh, šunka, list zelene solate), lubenica Alergeni: gluten (pšenica, rž), laktoza
		K	Goveja juha z vlivanci, pretlačen krompir s korenčkom, kuhana govedina*, kumare v omaki, kefir Alergeni: gluten (pšenica), laktoza, jajca, list zelene
TOREK	27. 7.	M	Pšenični zdrob na mleku, banana Alergeni: gluten (pšenica), laktoza
		K	Korenčkova juha, dušen riž z grahom, popečen piščančji zrezek s sezonsko zelenjavo (jajčevce, por, bučke), zelena solata z rukolo Alergeni: gluten, laktoza
SREDA	28. 7.	M	Sadni čaj, ovseni kruh, tunin namaz, paradižnik, nektarina Alergeni: gluten (pšenica, oves), ribe, laktoza
		K	Zdrobova rulada, popečene kocke svinjine v naravni omaki, paradižnikova solata z mocarelo, sladoled Alergeni: laktoza, gluten (pšenica), jajca
ČETRTEK	29. 7.	M	Grški jogurt, ržena žemlja, banana Alergeni: laktoza, gluten (pšenica, rž)
		K	Puranji paprikaš z zelenjavo, široki rezanci, zelena solata z redkvico, sok rdeče sadje Alergeni: laktoza, gluten (pšenica), list zelene, g. seme
PETEK Brezmesni dan	30. 7.	M	Planinski čaj, polnozrnat kruh, rezina sira, paradižnik, melona Alergeni: laktoza, gluten (pšenica)
		K	Ribja rulada, popečena sveža zelenjava (bučke, korenček, paprika), pire krompir, mehka zelena solata z lečo Alergeni: laktoza, gluten (pšenica), ribe

Opomba: Otroci imajo na voljo zadostne količine pijač (malo sladkan čaj ter zdravstveno ustrezno pitno vodo). Brezmesni dan v tednu je petek.
Kuhinja si pridržuje pravico do zamenjave jedilnika.

Pripravile: Ivanka Matičko, Urška Prohart, Natalija Pavalec

Ravnateljica: Anita Ambrož, prof.