

# Jedilnik oktober

**V tem tednu od 2.10.2023 do 6.10.2023  
bomo v našem vrtcu jedli**

**TEDEN OTROKA**

**Ponedeljek: 2.10.2023**

**Zajtrk:** Sadni čaj z limono, beli kruh<sup>(1)</sup> z margarino Lätta in medom  
**Kosilo:** Korenčkova juha z zvezdicami<sup>(1,3)</sup>, lovska pečenka, pražen krompir<sup>(1)</sup>, endivija in radič  
**Malica:** Sadni in navadni jogurt<sup>(7)</sup>, domači kruh<sup>(1)</sup>

**Torek: 3.10.2023**

**Zajtrk:** Mlečni pšenični zdrob s čokolado<sup>(7)</sup>, jabolka  
**Kosilo:** Zelenjavna juha s kašico<sup>(1)</sup>, domača pizza iz polnozrnate moke<sup>(1,3,6)</sup>, čaj  
**Malica:** Kruh<sup>(1)</sup>, 100% sok

**Sreda: 4.10.2023**

**Zajtrk:** Mleko iz kmetije, polnozrnati kruh<sup>(1)</sup> z maslom<sup>(7)</sup>, zelenjava  
**Kosilo:** Krompirjeva omaka s hrenovko<sup>(1)</sup>, malinin puding<sup>(7)</sup>, s smetano<sup>(7)</sup>  
**Malica:** Kruh, grozdje

**Četrtek: 5.10.2023**

**Zajtrk:** Čaj, lotmerški kruh<sup>(1)</sup>, skutin namaz z drobnjakom  
**Kosilo:** Smetanova porova juha<sup>(7)</sup>, makaroni z mesom<sup>(1,3)</sup> in sirom<sup>(7)</sup>, rdeča pesa v solati  
**Malica:** Čokoladno mleko<sup>(7)</sup>, žemljice<sup>(3)</sup>

**Petek: 6.10.2023**

**Zajtrk:** Žitna kava<sup>(7)</sup>, črni kruh<sup>(1)</sup> s tuninim namazom, paprika  
**Kosilo:** Zdrobova juha, ocvrt piščanec, dušeni riž z zelenjavo, zelena solata  
**Malica:** Mešano sadje

Med 9. in 10. uro dobijo otroci sadno malico

**Otrokom mlajših skupin se jedilnik priredi njihovi sposobnosti uživanja hrane (manjši kosi mesa, omake, nasekljana solata ter mlečni obroki po dogovoru v skupini...).**  
**Vrtec si zaradi objektivnih razlogov pridržuje pravico zamenjati kateri jedilnik.**

- Jedi lahko vsebujejo snovi ali proizvode, ki povzročajo alergije ali preobčutljivost - Uredba EU št. 1169/2011 o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom, Uradni list. RS št. 6/2014.
- S številko so označeni alergeni, katere je možno najti v teh jedeh. Seznam alergenov je na koncu jedilnik. Seznam alergenov v posameznih jedeh je objavljen tudi na oglasnih deskah vrtca.

# Jedilnik oktober

**V tem tednu od 9.10.2023 do 13.10.2023  
bomo v našem vrtcu jedli**

**Ponedeljek: 9.10.2023**

**Zajtrk:** Šipkov čaj, graham kruh<sup>(1)</sup>, domači jajčni namaz<sup>(3,7)</sup>, češnjev paradižnik  
**Kosilo:** Goveja juha z zakuho<sup>(1,3)</sup>, kuhana govedina, dušeno zelje<sup>(1,7)</sup>, praženi krompir<sup>(7)</sup>  
**Malica:** Kruh<sup>(1)</sup>, jabolka

**Torek: 10.10.2023**

**Zajtrk:** Domače mleko<sup>(7)</sup>, bombetke s sezamom<sup>(1)</sup>, maslo<sup>(7)</sup>, hruške, banane  
**Kosilo:** Juha iz bučk zgoščena z bio pirino moko<sup>(1)</sup>, testenine<sup>(1,3,6)</sup> z gnatjo, mešana solata  
**Malica:** Marmeladni rogljiček, čaj

**Sreda: 11.10.2023**

**Zajtrk:** Planinski čaj, rženi kruh<sup>(1)</sup> z mesno-zelenjavnim namazom<sup>(3,6)</sup>, kumarica  
**Kosilo:** Kmečka juha s krompirjem<sup>(1,6)</sup> in mesom, kruh<sup>(1)</sup>, carski praženec<sup>(1,3,7)</sup>, sok  
**Malica:** Vanilijev puding<sup>(7)</sup>

**Četrtek: 12.10.2023**

**Zajtrk:** Mlečna prosena kaša s čokoladnim posipom<sup>(7)</sup>, sadje  
**Kosilo:** Cvetačna juha z rinčicami<sup>(1,3)</sup>, mesno-zelenjavna rižota<sup>(1,3)</sup>, pesa v solati  
**Malica:** Sezonsko sadje

**Petek: 13.10.2023**

**Zajtrk:** Kakav<sup>(7)</sup>, sirova štručka<sup>(1,7)</sup>, jabolka  
**Kosilo:** Bistra juha z zvezdicami<sup>(1,3)</sup>, pečen piščanec, mlinci<sup>(1,3)</sup>, zelena solata s koruzo  
**Malica:** Banane, albert keksi

Med 9. in 10. uro dobijo otroci sadno malico

**Otrokom mlajših skupin se jedilnik priredi njihovi sposobnosti uživanja hrane (manjši kosi mesa, omake, nasekljana solata ter mlečni obroki po dogovoru v skupini...).**  
**Vrtec si zaradi objektivnih razlogov pridržuje pravico zamenjati kateri jedilnik.**

- Jedi lahko vsebujejo snovi ali proizvode, ki povzročajo alergije ali preobčutljivost - Uredba EU št. 1169/2011 o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom, Uradni list. RS št. 6/2014.
- S številko so označeni alergeni, katere je možno najti v teh jedeh. Seznam alergenov je na koncu jedilnik. Seznam alergenov v posameznih jedeh je objavljen tudi na oglasnih deskah vrtca.

# Jedilnik oktober

**V tem tednu od 16.10.2023 do 22.10.2023  
bomo v našem vrtcu jedli**

## **Ponedeljek: 16.10.2023**

**Zajtrk:** Zeliščni čaj, domači kruh<sup>(1)</sup>, fižolov namaz<sup>(7)</sup>, nariban korenček  
**Kosilo:** Juha z ribano kašo<sup>(1,3)</sup>, mesne kroglice z ovsenimi kosmiči<sup>(1,3)</sup> v paradižnikovi omaki, pire krompir  
**Malica:** Sadni in navadni jogurt - domači iz kmetije<sup>(7)</sup>

## **Torek: 17.10.2023**

**Zajtrk:** Mlečni riž<sup>(7)</sup> s čokoladnim posipom, slive  
**Kosilo:** Kostna juha z rezanci<sup>(1,3)</sup>, svinjska pečenka, dušena ajdova bio kaša <sup>(1)</sup>z zelenjavo, zelena solata  
**Malica:** Nektarine, kruh<sup>(1)</sup>

## **Sreda: 18.10.2023**

**Zajtrk:** Kakav<sup>(7)</sup>, mlečni kruh<sup>(1)</sup>, sadje  
**Kosilo:** Porova juha<sup>(1,7)</sup>, ribji oslić po dunajsko<sup>(1,3,7)</sup>, zelnata solata s krompirjem  
**Malica:** Albert keksi, 100% sok

## **Četrtek: 19.10.2023**

**Zajtrk:** Sadni čaj, rženi kruh<sup>(1)</sup> s tuninim namazom  
**Kosilo:** Piščančja obara, skutni cmoki, domači jabolčni kompot  
**Malica:** Kruh z sirnim namazom<sup>(1,3,7)</sup>

## **Petek: 20.10.2023**

**Zajtrk:** Žitna kava<sup>(7)</sup>, polnozrnat kruh<sup>(1)</sup> s pašteto<sup>(6)</sup>, paradižnik  
**Kosilo:** Goveji golaž s stročjim fižolom in krompirjem, domače pecvijo, jabolčni sok  
**Malica:** Sezonsko sadje

Med 9. in 10. uro dobijo otroci sadno malice

**Otrokom mlajših skupin se jedilnik priredi njihovi sposobnosti uživanja hrane (manjši kosi mesa, omake, nasekljana solata ter mlečni obroki po dogovoru v skupini...).**  
**Vrtec si zaradi objektivnih razlogov pridržuje pravico zamenjati kateri jedilnik.**

- Jedi lahko vsebujejo snovi ali proizvode, ki povzročajo alergije ali preobčutljivost - Uredba EU št. 1169/2011 o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom, Uradni list. RS št. 6/2014.
- S številko so označeni alergeni, katere je možno najti v teh jedeh. Seznam alergenov je na koncu jedilnik. Seznam alergenov v posameznih jedeh je objavljen tudi na oglasnih deskah vrtca.

# Jedilnik oktober

**V tem tednu od 23.10.2023 do 27.10.2023  
bomo v našem vrtcu jedli**

**Ponedeljek: 23.10.2023**

**Zajtrk:** Planinski čaj, domači kruh z zaseko<sup>(1)</sup>, paradižnik  
**Kosilo:** Kislo zelje, pečenica, pražen krompir in prebranec  
**Malica:** Sadna skutka<sup>(7)</sup>

**Torek: 24.10.2023**

**Zajtrk:** Mlečna<sup>(7)</sup> bio prosena kaša<sup>(1)</sup>, suhe slive  
**Kosilo:** Korenčkova juha<sup>(1,3)</sup>, rižota z mesom in zelenjavo, mešana solata  
**Malica:** Kruh<sup>(1)</sup>, mandarine

**Sreda: 25.10.2023**

**Zajtrk:** Zeliščni čaj, kruh s salamo in sirom<sup>(1)</sup>, zelenjava (kumare)  
**Kosilo:** Zelenjavna juha z jetrnimi cmoki<sup>(3,6)</sup>, skutni rezanci<sup>(1,3,7)</sup>, mešani kompot  
**Malica:** Čokoladno mleko<sup>(7)</sup>, grisini

**Četrtek: 26.10.2023**

**Zajtrk:** Otroški čaj, hribovski kruh<sup>(1)</sup>, hrenovke z ajvarjem in majonezo  
**Kosilo:** Zdrobova juha<sup>(1)</sup> z jajcem, puranja prsa v omaki <sup>(1,3,7)</sup>, kus kus, pesa v solati  
**Malica:** Sezonsko sadje

**Petek: 27.10.2023**

**Zajtrk:** Kakav<sup>(7)</sup>, sezamove štručke<sup>(1)</sup>, sadje  
**Kosilo:** Zelenjavna juha<sup>(1,7)</sup>, polnozrnate testenine z mletim mesom<sup>(1,3)</sup>, zelena solata s fižolom  
**Malica:** Piškoti<sup>(1)</sup>, napitek

Med 9. in 10. uro dobijo otroci sadno malice

**Otrokom mlajših skupin se jedilnik priredi njihovi sposobnosti uživanja hrane (manjši kosi mesa, omake, nasekljana solata ter mlečni obroki po dogovoru v skupini...).**  
**Vrtec si zaradi objektivnih razlogov pridržuje pravico zamenjati kateri jedilnik.**

- Jedi lahko vsebujejo snovi ali proizvode, ki povzročajo alergije ali preobčutljivost - Uredba EU št. 1169/2011 o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom, Uradni list. RS št. 6/2014.
- S številko so označeni alergeni, katere je možno najti v teh jedeh. Seznam alergenov je na koncu jedilnik  
Seznam alergenov v posameznih jedeh je objavljen tudi na oglasnih deskah vrtca.

VRTEC LJUTOMER misli zeleno. Hvala, ker tega sporočila niste natisnili.  
VRTEC LJUTOMER thinks green. Thank You for not printing this message.

# Jedilnik oktober

## SEZNAM ALERGENOV

V skladu z zahtevami **Uredbe EU št. 1169/2011 o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom (Uradni list RS št. 6/2014)** vas obveščamo, da lahko jedi objavljene na jedilniku vsebujejo navedene snovi ali proizvode, ki povzročajo alergije ali preobčutljivost. Dietni obroki lahko vsebujejo navedena snovi ali proizvode v sledovih.

- 1. Žita, ki vsebujejo gluten**, zlasti: pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste, in proizvodi iz njih, razen:
  - a) glukočnih sirupov na osnovi pšenice, vključno z dekstrozo;
  - b) maltodekstrinov na osnovi pšenice;
  - c) glukočnih sirupov na osnovi ječmena;
  - d) žit, ki se uporabljajo za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora;
- 2. raki in proizvodi iz njih**
- 3. jajca in proizvodi iz njih**
- 4. ribe in proizvodi iz njih, razen:**
  - a) ribje želatine, ki se uporablja kot nosilec za vitamine ali karotenoide;
  - b) ribje želatine ali želatine iz ribjih mehurjev, ki se uporablja kot sredstvo za bistrenje piva in vina;
- 5. arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih;**
- 6. zrnje soje in proizvodi iz njega, razen:**
  - a) popolnoma rafiniranega sojinega olja in maščob
  - b) naravne zmesi tokoferola (E306), naravnega D-alfa-tokoferola, naravnega D-alfa-tokoferol acetata, naravnega D-alfa-tokoferol sukcinata iz soje;
  - c) rastlinskih sterolov in estrov rastlinskih sterolov iz sojinega olja;
  - d) rastlinskih estrov stanola, proizvedenih iz sterolov iz sojinega olja;
- 7. mleko in mlečni proizvodi (ki vsebujejo laktozo), razen:**
  - a) sirotke, ki se uporablja za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora;
  - b) laktitola;
- 8. oreški**, in sicer mandlji (*Amygdalus communis* L), lešniki (*Corylus avellana*), orehi (*Juglans regia*), indijski oreščki (*Anacardium occidentale*), ameriški orehi (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), brazilski oreščki (*Bertholletia excelsa*), pistacija (*Pistacia vera*), makadamija ali orehi Queensland (*Macadamia ternifolia*) ter proizvodi iz njih, razen oreškov, ki se uporabljajo za alkoholne destilate, vključno z etilnim alkoholom kmetijskega izvora;
- 9. listna zelena in proizvodi iz njega**
- 10. gorčično seme in proizvodi njega;**
- 11. sezamovo seme in proizvodi iz njega;**
- 12. žveplov dioksid in sulfiti** v koncentraciji več kot 10mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO<sub>2</sub>, ki se izračunajo za proizvode, ki so pripravljani za uživanje ali obnovljeni v skladu z navodili proizvajalcev;
- 13. volčji bob in proizvodi iz njega;**
- 14. mehkužci in proizvodi iz njih.**

Organizator prehrane in ZHR:  
Vida Mihalič, l.r. in NIJZ M.SOBOTA

Ravnateljica:  
Ksenija Žuman, l.r.