

ENOTA ČAROBNI VRT, ZAJTRKI IN MALICE V ŠOLSLEM LETU 2023/24

SEPTEMBER OKTOBER NOVEMBER	ZAJTRK	SADNA MALICA	Presna zelenjava pred kosilom ko ni solate	POPOLDANSKA MALICA	DIETNI JEDILNIK brez mleka, jajc ali glutena
PONEDELJEK	DOMAČI BIO pirin kruh z maslom iz senenega mleka* in marmelada* in neslajen zeliščni čaj: melisa*, timijan*, limonska trava* <i>A: Pira, pšenica, M</i>	Korenje*, jabolka*, rozine*	Presna sezonska zelenjava* koromač, kumare, paprika	DOMAČI BIO skutni namaz z banano* in z rozinami* in DOMAČI BIO kruh ter melisin čaj* <i>A: pira, pšenica, M</i>	Brezglutenski kruh ali kreker*, ovsena krema* z rozinami* in banano*
TOREK	DOMAČA BIO ovsena kaša z mletimi lešniki*, neslajen zeliščni čaj: melisa*, timijan*, limonska trava* <i>A: M, oves, lešniki</i>	Lešniki*, hruške* ali breskve* in rozine* <i>A: lešniki</i>	Presna sezonska zelenjava*	DOMAČI BIO kruh z DOMAČIM sadnim namazom* in sadni čaj* <i>A: pšenica, pira</i>	Brezglutenski kruh ali krekerji*
SREDA	DOMAČA BIO pirin kruh s skutnim namazom s sezamom ter	Jabolka* in slive* ali grozdje* ter rozine*		Navadni jogurt iz senenega mleka* z dodatkom BIO marmelade* in	Brezglutenski kruh ali krekerji Kokosov jogurt



ENOTA ČAROBNI VRT, ZAJTRKI IN MALICE V ŠOLSLEM LETU 2023/24

	neslajen zeliščni čaj: melisa*, timijan*, limonska trava* <i>A: M, pira, sezam</i>			DOMAČI BIO kruh ter domač sadni čaj* <i>M, Pšenica, pira,</i>	
ČETRTEK	DOMAČA BIO prosena kaša z DOMAČO BIO jabolčno čežano in koščki jabolka* ter neslajen zeliščni čaj: melisa*, timijan*, limonska trava* <i>A: M, lešniki</i>	Jabolka*, hruške* ali breskve* in rozine*		DOMAČI BIO kruh, sir iz senenega mleka* z jabolkom* ali grozdem* in orehi* ter zeliščni čaj* <i>A: Pšenica, rž, M, Orehi ali lešniki</i>	Brezglutenski kruh* Vege sir*
PETEK	DOMAČI BIO ovsen kruh, DOMAČI BIO sončnični namaz, sveže kumare* (pozimi vložene kumare), zeliščna sol* ter neslajen zeliščni čaj: melisa*, timijan*, limonska trava*	Jabolka*, korenje* in praženi lešniki* <i>A: lešniki</i>	Presna sezonska zelenjava*	DOMAČI BIO slani krekerji s sirom iz senenega mleka* in z jabolkom* ter sadni čaj* z medom* <i>A:Pšenica, rž, M, med, sezam, sončnična sem.,</i>	Vege sir ali alsan rastlinsko maslo* Brezglutenski krekerji*



ENOTA ČAROBNI VRT, ZAJTRKI IN MALICE V ŠOLSLEM LETU 2023/24

	A:Pšenica, oves, M sončnice, Z			bučna sem., vin. kamen	
--	-----------------------------------	--	--	---------------------------	--

Alergeni (A) iz seznama sestavin ali proizvodov, ki lahko povzročajo alergije ali preobčutljivosti so v naših jedilnikih prisotni v naslednjih sestavinah: gluten navedemo s poimenovanjem žita, M-mlečni izdelki, Z-zelena, oreščke poimenujemo s celim imenom

Opombe:

- ✚ Dopoldanska malica za gozdni dan: rženi ali pirini krekerji* prepečenec in vege pašteta*, jabolka* in rozine* ter voda. A: Pira, rž, sezam
- ✚ Naziv jedi » **DOMAČI BIO...**kruh, namaz, kaša, krekerji..." v našem primeru pomeni, da je jed s tem nazivom certificirana, pri nosilcu certifikata MARJAN STEGNE n.d.d., BIO KMETIJA ROPRET STEGNE, katerega vodi certifikacijski organ BEUREAU VERITAS pod oznako SI-EKO-003.
- ✚ Ostala živila v obrokih, ki so **označena z *** so iz kontrolirane ekološke pridelave - EKO. EKO je krajše ime za ekološko in označuje vse izdelke, ki so pridelani na ekološki način: brez uporabe umetnih gnojil in pesticidov ter drugih sintetičnih oziroma kemičnih sredstev, poleg tega pa NE vsebujejo gensko spremenjenih organizmov (GSO).
- ✚ BIO pomeni enako kot eko, le da se ta oznaka uporablja v Avstriji, Nemčiji, Italiji in še nekaterih drugih državah, kjer ekološko pridelavo imenujejo biološka pridelava (tudi nekateri kriteriji so strožji). Z oznako bio so tako največkrat označeni ali poimenovani izdelki, ki so izdelani v prej naštetih državah, uporablja pa se tudi v pridelavi pri nas.
- ✚ Presna sezonska zelenjava*, za en obrok izberemo 1-2 vrste EKO zelenjave izmed nabora zelenjave primerne za presno uživanje glede na sezono: korenje, koromač, kumare, paprika, koleraba, redkev, paradižnik itd.



Viktorija Kovačič, ravnateljica