



JEDILNIK

od 19.10. do 25.10.2020

PONEDELJEK

ZAJTRK: tunin namaz (L,R1), kruh (G), pomaranča, napitki: kakav (L), mleko (L), čaj
KOSILO: cvetačna juha (G,L), krvavica (G), kisló zelje (G, SO2), slan krompir, pijača
KOSILO SLADK. DIETA: cvetačna juha (G,L), puran v foliji, kisló zelje (G, SO2), slan krompir, pijača
KOSILO Ž&Ž : cvetačna juha (G,L), puran v foliji, kuhana zelenjava, slan krompir, pijača
MALICA SLADKORNA DIETA: pečeno jabolko s skuto (L)
VEČERJA: makaronova solata (L,G,J), črn kruh (G)
VEČERJA SLADKORNA DIETA: PZ makaronova solata (L,G,J), črn kruh (G)
VEČERJA Ž&Ž.: PZ makaronova solata (L,G,J), črn kruh (G)
VEČERJA MIKSANI: golaževa juha (G,J)
MLEČNA VEČERJA: pirin zdrob na mleku (G,L)

TOREK

ZAJTRK: kumarčni namaz (L), kruh (G), jabolko, napitki: kava (G,L), mleko (L), čaj
KOSILO: juha z jurčki (G,L), puranov zrezek v nar. omaki (G,L), vodni žličniki (G,L,J) mehka solata, pijača
KOSILO SLAD. D.: juha z jurčki (G,L puranov zrez. v nar. omaki (G,L), PZ vodni žličniki (G,L,J) mehka solata, pijača
KOSILO Ž&Ž: goveja juha (Z), puranov zrezek v nar. omaki (G,L), vodni žličniki (G,L,J), korenček v solati, pijača
MALICA SLADKORNA DIETA: sadje, temna žemlja (G)
VEČERJA: gratinirane palačinke (G,L,J)
VEČERJA SLADKORNA DIETA : PZ gratinirane palačinke (G,L,J)
VEČERJA Ž&Ž.: PZ gratinirane palačinke (G,L,J)
VEČERJA MIKSANI: gratinirane palačinke (G,L,J)
MLEČNA VEČERJA : mlečni riž s čokolado (L)

SREDA

ZAJTRK: pršut, olive, kruh (G), hruška, napitki: kava (G,L), mleko (L), čaj
KOSILO: česnova juha (Z,G), lazanja (J,L,G), zelj. solata s fižolom, sok s smetano
KOSILO SLAD. D.: česnova juha (Z,G), zelenjavna musaka (J,L), zeljnata solata s fižolom, sadna sol.
KOSILO Ž&Ž: korenčkova juha (Z), zelenjavna musaka (J,L), brokoli v solati, sadna sol.
MALICA SLADKORNA DIETA: sadni krožnik
VEČERJA: želodček s kašo, kumare s krompirjem
VEČERJA SLADKORNA DIETA : hrenovka, kumare s krompirjem
VEČERJA Ž&Ž.: hrenovka, krompirjeva solata
VEČERJA MIKSANI: mesni sir, glavnač (G)
MLEČNA VEČERJA : pirin zdrob na mleku (G,L)

ČETRTEK

ZAJTRK: sir Jošt (L), kruh (G), jabolko, napitki: kava (G,L), mleko (L), čaj
KOSILO: bujta repa (G), carski praženec (G,J,L), kompot
KOSILO SLADK. DIETA: bujta repa z govedino (G), PZ carski praženec (G,J,L), kompot
KOSILO Ž&Ž.: obara (G), carski praženec (L,G,J,SO2), kompot
MALICA SLADKORNA DIETA: skutka (L)
VEČERJA: čežana, pire krompir (L)
VEČERJA SLADKORNA DIETA: čežana, polnozrnate testenine (G,J,L)
VEČERJA Ž&Ž.: čežana, polnozrnate testenine (G,J,L)
VEČERJA MIKSANI: čežana, pire krompir (L)
MLEČNA VEČERJA: ajdova moka na mleku, jogurt (L)

PETEK

ZAJTRK: marmelada, maslo (L), kruh (G), grozdje, napitki: kava (G,L), mleko (L), čaj
KOSILO: špinačna juha (G,L) ocvrta riba (R1,G,J,L), krompirjevi žganci, paradižnikova solata, pijača
KOSILO SLADK. DIETA: špinačna juha (G,L) pečena riba (R1), krompirjevi žganci, paradižnikova solata, pijača
KOSILO Ž&Ž : špinačna juha (G,L) pečena riba (R1), krompirjevi žganci, pesa v solati, pijača
MALICA SLADKORNA DIETA: skuta s sadjem (L)
VEČERJA: polenta z ocvirki, mleko (L)
VEČERJA SLADKORNA DIETA: polenta, mleko (L)
VEČERJA Ž&Ž.: polenta, grški jogurt (L)
VEČERJA MIKSANI: polenta, mleko (L)
MLEČNA VEČERJA : polenta na mleku (L)

SOBOTA

ZAJTRK: puranja šunka, paradižnik, kruh (G) jabolko, napitki: kava (G,L), mleko (L), čaj
KOSILO: kokošja juha s fridati (G,Z,L,J), sekljana pečenka (L,J,G), pire krompir (L), fižol v omaki (G), pijača
KOSILO SL DIETA: kokošja J. s korenč. rez (Z,G), seklj. pečenka (L,J,G), zelenj. pire (L), fižol v omaki (G), pijača
KOSILO Ž&Ž: kokošja juha s korenč. rez (Z,G), seklj. pečenka (L,J,G), zelenj. pire (L), zelenj. v omaki (G), pijača
MALICA SLADKORNA: probiotični jogurt (L), črn kruh (G)
VEČERJA: šarkelj (G,J,L,SO2) kakav (L)
VEČERJA SLADKORNA DIETA: PZ šarkelj (G,J,L,SO2) mleko (L)
VEČERJA Ž&Ž.: šarkelj (G,J,L,SO2) probiotični jogurt (L)
VEČERJA MIKSANI: šarkelj (G,J,L) kakav (L)
MLEČNA VEČERJA: prosena kaša na mleku (L)

NEDELJA

ZAJTRK: topljen sir (L), kruh (G), paradižnik, banana, napitki: kava (G,L), mleko (L), čaj
KOSILO: goveja juha z ribano kašo (G,J,Z), pečen piščanec, pekarski krompir, korenček, stročji fižol v solati, sladoled (L), pijača
KOSILO SLADK. DIETA: goveja juha z jajcem (J,Z), pečen piščanec, slan krompir, korenček, stročji fižol v solati, PZ jabolčna pita (G,J,L), pijača
KOSILO Ž&Ž: goveja juha z ribano kašo (G,J,Z), pečen piščanec, slan krompir, korenček, cvetača v solati, sladoled (L), pijača
MALICA SLADKORNA: smuti (L)
VEČERJA: jota (G)
VEČERJA SLADKORNA DIETA: zelenjavna enolončnica (G,Z,J)
VEČERJA Ž&Ž.: zelenjavna enolončnica (G,Z,J)
VEČERJA MIKSANI: jota (G)

LEGENDA - Ž&Ž (žolčna in želodčna dieta).

ALERGENI – oznaka za jedjo, ki vsebuje alergen

Jedilnik sestavi vodja prehrane: Borut Mežan

PRIDRŽUJEMO SI PRAVICO DO MOREBITNE SPREMEMBE JEDILNIKA !

Dober tek!