



VRTEC TEZNO MARIBOR

Dogoška cesta 20, 2000 Maribor

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



Ekošola



Erasmus+

JEDILNIK ZA OTROKE V OKTOBRU 2021

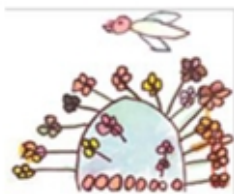
NA DAN VRTCA TEZNO BOMO OTROKOM PONUDILI NAŠO NAJ SLADICO SADNI GRIČEK

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PETEK, 1. 10.	posebna klobasa, sir, pisana paprika, kajzerica, planinski čaj	makaronovo meso z grobo mleto BIO govedino , endivija s krompirjem v solati	sadni jogurt
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDEL JEK, 4. 10.	mozzarella, paradižnik, črn kruh brez aditivov z manj soli , kakav	piščančji paprikaš s svežo rdečo papriko, BIO polnovredna polenta , mlado zelje v solati	sadje, graham žemljica
TOREK, 5. 10.	sport müsli brez dodanega sladkorja , riževi hrustki, lokalni navadni jogurt , sadna polivka s sezonskim sadjem, mleko, ržen hlebec	dušeno puranje stegno z bučkami, rdečo papriko in timijanom, pretlačen krompir, endivija s krompirjem v solati	sadje, rženi hlebec
SREDA, 6. 10.	BIO jagodna marmelada , BIO maslo , koruzni kruh, mleko	korenčkova kremna juha, zelenjavna pita s svežim somom in BIO paradižnikom , zelena solata z motovilcem	sadje, ovsena žemljica
ČETRTE K 7. 10. BREZMESN I DAN	BIO pirin močnik z BIO ovsenimi kosmiči , BIO POSIP /BIO kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/ , sadje	presni brokoli, presna brokolijeva juha, BIO tofu v ovoju , smetanov preliv z zelišči iz vrta MIŠMAŠ , kuskus, zeljeva solata s krompirjem	BIO banana
PETEK, 8. 10. DAN VRTCA TEZNO	pašteta brez konzervansov, kumarice, koruzno ržen kruh iz krušne peči , metin čaj	zelenjavna enolončnica z BIO lečo in piščančjim mesom, črn kruh, NAJ SLADICA VRTCA TEZNO MARIBOR-SADNI GRIČEK , marelični sok	borovničev jogurt brez dodanega sladkorja
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDEL JEK, 11. 10.	sport müsli brez dodanega sladkorja , riževi hrustki, tekoč navadni jogurt , sadna polivka s sezonskim sadjem, mleko, lokalni koruzni kruh iz krušne peči	testenine-tri žita (pšenica, pira, ajda) z bolonjsko omako (BIO govedina), mlado zelje s krompirjem v solati	sadje, mlečna štručka
TOREK, 12. 10.	puranji šink, paradižnik, ovsen kruh z ovsenimi kosmiči, planinski čaj	puranji ragu s svežo papriko, BIO polnovredna polenta , radič v solati s krompirjem	BIO sadni kefir , mlečni kruh
SREDA, 13. 10.	BIO prosenka kaša na BIO mleku , BIO POSIP /BIO kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/ , kaki vanilija	koruzna kremna juha, pečen piščanec, rizibizi, rdeča pesa v solati	sadje, polnozrnata štručka
ČETRTE K, 14. 10. BREZMESN I DAN	domač čičerikin namaz, list solate, kajzerica, mlečna žitna kava	brezmesna boranja z BIO ajdovo kašo , lokalni domač kruh iz krušne peči , domača BOUNTY rezina z BIO kakavom in BIO pirino moko , 100% pomarančni sok	banana
PETEK,	domač ribji namaz, zelena paprika, črn kruh brez aditivov z	mesne kroglice v paradižnikovi omaki (govedina in svinjina)	BIO mleko , mini žemlja

15. 10.	manj soli, šipkov čaj s hibiskusom	z BIO papriko baburo, pire krompir s cvetačo, slive	z otrobi
---------	--	---	----------

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



JEDILNIK ZA OTROKE V OKTOBRU 2021

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 18. 10.	BIO müsliji 5 žit z riževimi hrustki, BIO navadni jogurt , sadna polivka s sezonskim sadjem, mleko, ržen hlebec	paradižnikova juha z zvezdicami, zelenjavna loparnica s piščančjim mesom, mehka zelena solata	sadje koruzni kruh
TOREK, 19. 10. zeleni dan	domač avokadov namaz z bučnimi semeni, pastinak in korenček, ovsen kruh z ovsenimi kosmiči, sadni čaj	BIO BUČNA kremna juha-muškatne buče , domače čičerikine polpete z zelenjavo, pretlačen krompir, preliv z zelišči, rdeča pesa v solati	mandarine, banane
SREDA, 20. 10.	piščančja posebna klobasa, zelena paprika, rženi hlebec, lipov čaj	pečen file sveže postrvi, jogurtov preliv, dušen riž, zelen in rdeč radič v solati s krompirjem	sadni jogurt
ČETRTEK, 21. 10. BREZMESNI DAN	mozzarella, paradižnik, koruzno ržen kruh iz krušne peči , mlečna žitna kava	zelenjavni ričet s prekajenim BIO tofujem domača jabolčna pita z BIO pirino moko	banana
PETEK, 22. 10.	mlečni riž, BIO POSIP /BIO kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/ , sadje	presni por, porova kremna juha, piščančja stegna brez kosti in kože v ovoju, pražen krompir, endivija in rdeč radič s krompirjem	jabolko, graham štručka s semeni
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 25. 10.	BIO slivov džem, kislina smetana, koruzni kruh, mleko	govedina stroganov, kuskus, mehka zelena solata	mandarine, graham pek. pecivo
TOREK, 26. 10.	domač ribji namaz, pastinak, črn kruh brez aditivov z manj soli , bezgov čaj	piščančje stegno BKK z zelenjavo in kokosovim mlekom, dušen riž, endivija z rdečim radičem in krompirjem v solati	banana
SREDA, 27. 10.	BIO polnovredni koruzni močnik , BIO POSIP /BIO kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem/ , sadje	testenine karbonara s piščančjo šunko in rdečo papriko, mehka zelena solata z rukolo	sadje, biga
ČETRTEK, 28. 10. BREZMESNI DAN	sirni namaz, pečena rdeča paprika, domač koruzni kruh iz krušne peči , planinski čaj	presni brokoli, zelenjavna enolončnica z BIO proseno kašo , črn kruh, domač čokoladni puding s sladko smetano	banana
PETEK, 29. 10.	mlečna štručka, BIO kakav ,	presna cvetača, kremna cvetačna juha, ribji file v ovoju-palčke, smetanov preliv z	jabolko, ovsen kruh

	sadje	zelišči, pretlačen krompir, rdeča pesa v solati	
--	-------	--	--

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 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