



VRTEC TEZNO MARIBOR

Dogoška cesta 20, 2000 Maribor


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



Erasmus+

JEDILNIK - OKTOBER 2023

V TEDNU OTROKA BOMO ZA NAŠE NAJMLAJŠE SPEKLI NAŠO NAJ SLADICO - SADNI GRIČEK

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 2. 10.	puranja šunka, kumarice <i>črn kruh brez aditivov z manj soli,</i> čaj	piščančji file v zelenjavni omaki, pire krompir, mlado zelje s krompirjem v solati	mleko, ovsen kruh
TOREK, 3. 10.	marelična marmelada, maslo, <i>polbeli kruh z manj soli, brez</i> <i>aditivov,</i> BIO mleko	krompirjev golaž s puranjim mesom, kruh hribovc, NAJ SLADICA VRTCA TEZNO- SADNI GRIČEK, BIO jabolčni sok	hruška, grisini
SREDA, 4. 10.	domač ribji namaz, zelena paprika, polnozrnati kruh s semeni planinski čaj	minjon juha, omaka s koščki svinjine, rižota z zelenjavo in BIO ajdovo kašo, rdeča pesa v solati	probiotični sadni jogurt- nesladkan
ČETRTEK, 5. 10. BREZMESNI DAN	rezina sira, rdeča paprika, ovsen kruh, bela kava	zelenjavna mineštra z BIO rdečo lečo, domač kruh iz krušne peči, domač skutin borovničev sladoled v kornetu	BIO banana
PETEK, 6. 10.	BIO polnovredni koruzni zdrob na mleku, BIO POSIP/BIO presni kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem	grobno mleta BIO govedina z bučkami in rdečo papriko v paradižnikovi omaki, testenine- drobni polžki, zelena solata s korenčkom	jabolko, mlečni kruh
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 9. 10.	med, maslo, črn kruh brez aditivov z manj soli, BIO mleko	dušeno puranje stegno, pretlačen krompir, bučke v omaki	sadje, kruh hribovc
TOREK, 10. 10.	piščančja klobasa, listi solate, pirin kruh, planinski čaj	piščančje meso s karijem v smetanovi omaki, svedri, mlado zelje v solati s krompirjem	BIO sadni jogurt breskev
SREDA, 11. 10.	BIO müsliji 5 žit z riževimi hrustki, BIO navadni jogurt, jagodna sadna polivka, mlečni kruh, mleko	ribji file v ovoju, pretlačen krompir, jogurtov preliv, BIO zelena solata	jabolko, piškoti 
ČETRTEK, 12. 10. BREZMESNI DAN	domač bučkin namaz z maslom, nariban korenček, <i>polbel kruh brez</i> <i>aditivov z manj soli,</i> otroški čaj	zelenjavna enolončnica z BIO kvinojo in BIO prekajenim tofujem, kruh hribovc, domača biskvitna rezina s sadjem, marelični sok	BIO banana
PETEK, 13. 10.	BIO pšenični zdrob na mleku, cimetov posip z BIO surovim trsnim sladkorjem	piščančje stegno v ovoju, dušen riž s korenčkom, jogurtov preliv, rdeča pesa v solati	sadje, graham kruh

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

Jedi solimo premišljeno in uporabljamo izključno piransko sol, ki se prideluje po več kot 700 let starem izročilu, zgolj s tradicionalnimi orodji in izključno ročno. Piranska sol je pri Evropski komisiji registrirana z zaščiteno označbo porekla.

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.



VRTEC TEZNO MARIBOR

Dogoška cesta 20, 2000 Maribor
Telefon: 02/4600210, e-naslov: vrtec.tezno@guest.arnes.si



Erasmus+

JEDILNIK - OKTOBER 2023

DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 16. 10.	BIO maslo, BIO malinova marmelada , ovsen kruh z ovsenimi kosmiči, BIO mleko	file ribe v ovoju, dušen riž, jogurtov preliv, BIO zelena solata	sadje, koruzni kruh
TOREK, 17. 10.	piščančja šunka, listi solate, žemljica, metin čaj	testenine z mascarponejem, piščančjim zašinkom in rdečo papriko, endivija v solati s krompirjem	BIO sadni kefir
SREDA, 18. 10.	BIO prosenka kaša na mleku, BIO POSIP/BIO presni kakav z BIO surovim trsnim sladkorjem	cvetačna kremna juha, pečena svinjska vratovina v naravni omaki, pretlačen krompir, rdeča pesa v solati	sadje, graham pekovsko pecivo
ČETRTEK, 19. 10. BREZMESNI DAN	mlečna štručka, kakav, hruške	zelenjavni ričet, <i>domač kruh iz krušne peči</i> , domač čokoladni puding s stepeno smetano	banana
PETEK, 20. 10.	BIO müsliji 5 žit z riževimi hrustki, BIO navadni jogurt, mleko , sadna polivka, polbel kruh	mesne kroglice v paradižnikovi omaki s papriko, pire krompir, sezonsko sadje	sadje, ovsen kruh
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 23. 10.	pašteta brez konzervansov, presno kislo zelje, črn kruh, otroški čaj	golaž z govedino, BIO polenta , endivija v solati	sadni jogurt
TOREK, 24. 10. ZELENI DAN 	domač čičerikin namaz, sveže kumarice, kajzerica, planinski čaj	brokolijeva kremna juha, grahovi medaljončki, riž z zelenjavo, jogurtov preliv, rdeča pesa	BIO banana
SREDA, 25. 10.	domač ribji namaz, kisle kumarice, kruh turist, planinski čaj z limono	piščančja hrenovka, pretlačen krompir, kremna špinača	hruška, rženo pekovsko pecivo
ČETRTEK, 26. 10. BREZMESNI DAN	BIO maslen namaz s slovenskim medom, domač kruh iz krušne peči, mleko	bujta repa brez mesa z BIO proseno kašo , ržen kruh, domač jabolčni zavitek	sadna skutka
PETEK, 27. 10.	mlečni riž, kakavov posip z BIO surovim trsnim sladkorjem	pečena piščančja stegna brez kosti in kože, kuskus, endivija v solati s krompirjem	sadje, polnozrnata štručka
DATUM	ZAJTRK	KOSILO	MALICA
PONEDELJEK, 30. 10.	domač avokadov namaz, svež nariban korenček, ovsen kruh, bezgov čaj z limono	makaronovo meso s puranjim stegnom in rdečo papriko, zeljna solata	sezonsko sadje, pirin kruh
TOREK, 31. 10.		PRAZNIK	

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



OTROKE VZPODBUJAMO K PITJU VODE!

OTROCI IMAJO ČEZ DAN NA RAZPOLAGO SVEŽE SADJE IN KRUH!

Organizatorica prehrane: Teja Vrbeč