

**JEDILNIK ZA MESEC MAREC 2020**  
**DIETA BREZ MLEKA**

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO
PON.	2.3.	ovseni kruh 1, piščančja hrenovka, ketchup, čaj	grahova juha brez mleka, svinjska pečenka, široki rezanci 1,3, zelenjavna priloga, solata, limonada
TOR.	3.3.	polenta z ovsenim mlekom 1, sadje	paradižnikova juha 1, puranov zrezek v omaki brez mleka 1, 7, dušen riž 1, zelenjavna priloga, mešana solata, voda
SRE.	4.3.	polnozrnata žemljica 1, sojin sadni jogurt SHEMA SADJA	grahova juha 1,3, ocvrti tofu brez mleka 1.3. krompir v kosih, majoneza, solata, voda
ČET.	5.3.	vaški črni kruh 1, tuna iz konzerve s koruzo 1, list solate, čaj	goveja juha s fritati brez mleka 1,3, kuhana govedina, svaljki brez mleka 1, zelenjavna omaka, solata, voda
PET.	6.3.	makovka 1, margarina brez mleka, marmelada, bela kava iz ovsenega mleka 1, sadje	zelenjavni ričet 1,9, kruh 1, rižev narastek iz ovsenega mleka z gozdnimi sadži 1,3, voda
PON.	9.3.	ovseni kruh 1, piščančja pašteta 1, kislo zelje, čaj	bučna juha 1, 7 goveji golaž 1, polenta iz ovsenega mleka 1, solata, voda
TOR.	10.3.	kruh s semeni 1, čokoladni namaz brez mleka 8, ovseno mleko 7, sadje	prežganka 1,3, pečen file postarvi, krompir v kosih z zelenjavo, mešana solata, sadje, voda
SRE.	11.3.	črna žemljica 1, polsuha salama, kisle kumarice, čaj SHEMA SADJA	grahova juha brez mleka 1, puranovi zrezki v zelenjavni omaki brez mleka 1, dušen riž 1, solata, voda
ČET.	12.3.	vaški polbeli kruh 1, sirni namaz brez mleka, čaj	korenčkova juha brez mleka 1, mesna musaka brez mleka 1,3, mešana solata, voda
PET.	13.3.	mlečni riž iz ovsenega mleka 1, čokoladni posip, sadje	pašta fižol 1,3,9, kruh 1, domače pecivo brez mleka 1,3, limonada
PON.	16.3.	polnozrnata bombeta brez mleka 1, sojin sadni jogurt, sadje	gobova kremna juha brez mleka 1, puranova pečenka, pražen krompir, zelenjavna priloga, solata, voda
TOR.	17.3.	črni kruh 1, kremni med iz margarine brez mleka, kakav iz ovsenega mleka 1	goveja juha z zakuho 1,3, 9, špageti z bolonjsko omako brez mleka 1,3, mešana solata, voda
SRE.	18.3.	ješprenjeva enolončnica 1, polbeli kruh 1 SHEMA SADJA	porova juha brez mleka 1, pire krompir brez mleka, sojini polpeti, špinača brez mleka, čaj
ČET.	19.3.	ovseni kruh 1, ribe iz konzerve, koruza, čaj	cvetačna juha brez mleka 1, pečen piščanec z zelenjavo, dušen riž z ajdovo kašo 1, mešana solata, limonada
PET.	20.3.	koruzne bombetke 1, sirni namaz brez mleka, list solate, sadje, čaj	segedin z govejim mesom 1, polbeli kruh 1, palačinke iz ovsenega mleka 1,3, kompot
PON.	23.3.	sirov burek brez mleka 1,3, navadni sojin jogurt, sadje	zelenjavna juha 1, rižota iz različnih žit s puranom 1, mešana solata, voda
TOR.	24.3.	črni kruh 1, »meksiko« namaz brez mleka 3, čaj	krompirjev golaž z ajdovo kašo 1, hrenovka, carski praženec brez mleka 1,3, čežana, čaj
SRE.	25.3.	ovseni kruh 1, sirni namaz brez mleka, čaj SHEMA SADJA	korenčkova juha brez mleka 1, pomfri, piščančji ražnjiči, zelenjavna priloga, mešana solata, voda
ČET.	26.3.	makovke 1, marmelada, margarina brez mleka, čaj	grahova juha brez mleka 1, sirovi tortelini brez mleka 1,3, goveji zrezki v naravni omaki, mešana solata, , voda
PET.	27.3.	koruzni kruh 1, sir brez mleka, sadje, čaj	repna jota 1, polbeli kruh 1, štruklji brez mleka 1,3, limonada
PON.	30.3.	pisan kruh 1, rižev sadni jogurt, čaj	paradižnikova juha 1, pica s sirom brez mleka 1, solata, sadje, voda
TOR.	31.3.	mlečna kaša iz ovsenega mleka 1, mleti lešniki s čokolado brez mleka 1, sadje	goveja juha 1,3, ocvrt ribji file 1,3 krompir v kosih, kuhan korenček, solata, voda

Zaradi narave dela lahko včasih pride do spremembe jedilnika. Hvala za razumevanje in dober tek.

DIETA BREZ MLEKA

DAN	DATUM	MALICA
PON	2.3.	kajzerica 1, sojin jogurt
TOR	3.3.	polbeli kruh 1, sadje
SRE	4.3.	žemljica 1, sadje
ČET	5.3.	pecivo brez mleka 1, 3,
PET	6.3.	rižev jogurt, polbeli kruh 1
PON	9.3.	kruh s semeni 1, sadje
TOR	10.3.	sadni sojin jogurt , ovseni kruh 1
SRE	11.3.	štručka 1, sadje
ČET	12.3.	polnozrnati rogljiček brez mleka 1, sok
PET	13.3.	štručka 1, sadje
PON	16.3.	presta 1, sadje
TOR	17.3.	rogljiček brez mleka 1, 3, sok
SRE	18.3.	ovseni kruh 1, navadni rižev jogurt
ČET	19.3.	kruh s semeni 1, sadje
PET	20.3.	polnozrnata štručka 1, sadje
PON.	23.3.	mlečna štručka 1, sadje
TOR.	24.3.	sadni sojin jogurt , polbeli kruh 1
SRE.	25.3.	presta 1, sok
ČET.	26.3.	navadni rižev jogurt, polbeli kruh1
PET.	27.3.	Žemljica 1, sadje
PON.	30.3.	sojin napitek s kakavom, ovseni kruh 1
TOR.	31.3.	polbeli kruh 1, gosti sadni sok