**JEDILNIK ZA MESEC OKTOBER 2020**

**DIETA BREZ MLEKA, JAJC, OREŠKOV, ARAŠIDOV**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DAN** | **DATUM** | **MALICA** | **KOSILO** |
| ČET | 1.10. | koruzna bombeta s semeni brez mleka 1,11, sadni jogurt iz riževega mleka, jabolko | mineštra s testeninami brez jajc in mleka 1, sadna rulada brez jajc in mleka 1, voda |
| PET | 2.10. | mlečni zdrob iz ovsenega mleka 1, čokoladni posip, sadje | bučna juha brez mleka 1, mesna musaka brez jajc in mleka 1, solata, sadni sojin jogurt, voda |
| PON | 5.10. | sirov burek brez jajc in mleka 1,3, rižev jogurt, sadje | goveja juha z zakuho brez jajc 1,9, piščančji paprikaš 1, pečena polenta iz sojinega mleka 1, mešana solata, voda |
| TOR | 6.10. | črni kruh 1, piščančje hrenovke, ajvar gorčica, čaj | minjon juha 1,3,9, ribji file po dunajsko brez jajc in mleka 1, krompir z zelenjavo, mešana solata, voda |
| SRE | 7.10. | ješprenova enolončnica 1, polbeli kruh 1  SHEMA SADJA | goveja juha s fitati brez jajc in mleka 1,9, domači mesni polpet brez jajc in mleka 1, bučke v omaki brez mleka , dušen riž 1, solata, voda |
| ČET | 8.10. | pirin kruh 1, piščančja salama, čaj, sadje | špinačna juha brez mleka 1, goveji zrezki v naravni omaki brez mleka 1, domači kruhovi cmoki brez jajc in mleka 1, solata, voda |
| PET | 9.10. | koruzni kruh 1, sirni namaz brez mleka, paradižnik, čaj | krompirjev golaž z ajdovo kašo 1, carski praženec z nadomestkom brez jajc in mleka 1, čežana |
| PON | 12.10. | rženi kruh 1, med, čaj, sadje | brokoli juha brez jajc in mleka 1, rižota s puranjim mesom in zelenjavo 1, mešana solata, domači puding iz ovsenega mleka 1, voda |
| TOR | 13 .10. | ovseni kruh 1, sojin namaz, sadje, čaj | pasulj s suhim mesom, flancati brez jajc in mleka 1, čaj |
| SRE | 14.10. | pisan kruh 1, sirni namaz brez mleka, paradižnik, čaj SHEMA SADJA | cvetačna juha brez mleka 1, mesni kanelon brez jajc in mleka 1, kus-kus brez mleka 1, zelenjava v omaki, rižev jogurt, voda |
| ČET | 15.10. | ovseni kruh 1, mortadela, sveže kumare, čaj | zelenjavna juha brez jajc 1, goveji golaž 1, polenta brez mleka 1, solata, voda |
| PET | 16.10. | kosmiči 1, riževo mleko 7, sadje | porova juha brez mleka 1, tortelini brez jajc in mleka s paradižnikovo omako 1, mešana solata s koruzo, domači puding iz ovsenega mleka 1, voda |
| PON | 19.10. | polbeli kruh 1, sojin namaz brez mleka, paradižnik, čaj | goveja juha z zakuho brez jajc in mleka 1, svinjska pečenka v omaki, svaljki brez jajc in mleka 1, mešana solata, voda |
| TOR | 20.10. | enolončnica brez jajc 1, polbeli kruh 1, sadje | gobova juha 1, pečen piščanec, kus-kus z zelenjavo 1, solata, voda |
| SRE | 21.10. | polbeli kruh 1, ribe iz konzerve, sveže zelje s koruzo v solati, čaj SHEMA SADJA | Prežganka brez jajc 1, polnjene paprike brez jajc in mleka 1, pire krompir brez mleka, solata, čaj |
| ČET | 22.10. | domači polbeli kruh 1, piščančja pašteta, sveža paprika, čaj | korenčkova juha z zakuho brez jajc in mleka 1, pečen ribji file, korenčkov krompir brez mleka, blitva, solata, voda |
| PET | 23.10. | štručka brez mleka 1, marmelada, margarina brez mleka, ovseno mleko, sadje | zelenjavna juha brez jajc 1,mesni sir, široki rezanci brez jajc 1, zelenjavna priloga, mešana solata, voda |

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

**JEDILNIK ZA MESEC OKTOBER 2020**

**DIETA BREZ MLEKA, JAJC, OREŠKOV, ARAŠIDOV**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DAN** | **DATUM** | **POPOLDANSKA MALICA** |
| ČET | 1.10. | energetska ploščica 1 |
| PET | 2.10. | polnozrnata bombeta brez mleka 1, 11, sadje |
| PON | 7.10. | kruh s semeni 1, sadje |
| TOR | 6.10. | presta brez jajc in mleka 1, sadje |
| SRE | 7.10. | prepečenec brez mleka 1, sok |
| ČET | 8.10. | črna bombeta brez mleka 1, sadje |
| PET | 9.10. | ovseni kruh 1, sadni sok |
| PON | 12.10. | slani krekerji brez mleka 1, sadje |
| TOR | 13 .10. | polbeli kruh 1, sadni sojin jogurt |
| SRE | 14.10. | temna štručka s sezamom brez mleka 1,11, sadje |
| ČET | 15.10. | polbeli kruh 1, sojin jogurt |
| PET | 16.10. | polbeli kruh 1, sadje |
| PON | 19.10. | koruzna bombeta brez mleka 1, sadni sok |
| TOR | 20.10. | polbeli kruh 1, skuta brez mleka |
| SRE | 21.10. | koruzna bombeta brez mleka s semeni 1, sok |
| ČET | 22.10. | črna žemljica 1, sojin jogurt |
| PET | 23.10. | prepečenec brez mleka 1, sadni sok 1 |

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