

## JEDILNIK ZA MESEC MAJ 2022

### DIETA ZA SLADKORNO BOLEZEN IN DIETO BREZ GLUTENA

Teden: 4. 5. 2022 – 6. 5. 2022

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO
SRE	4.5.	polnozrnati brezglutenski kruh topljeni sir 7 sveža paprika rdeča sadje (jagode) nesladkani čaj	porova juha brez glutena 7 svinjska pečenka riž z zelenjavo zeljna solata voda
ČET	5.5.	polnozrnati brezglutenski kruh čičerikin namaz 7 sveže kumare nesladkani čaj	goveja juha z zakuho brez glutena 3,7,9 kuhana govedina pire krompir kremna špinača zelena solata voda
PET	6.5.	mlečni riž 7 (brez sladkorja) lešnikov posip 8 banana (olupljena in manj zrela)	prežganka brez glutena 3 mesni polpeti brez glutena 3,7 maslen krompir 7 zelena solata s kumarami voda

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

#### OZNAČEVANJE ALERGENOV NA NAŠIH JEDILNIKIH

Gluten (1), raki in proizvodi iz rakov (2), jajca in proizvodi iz jajc (3), ribe in proizvodi iz rib (4), arašidi (kikiriki) in proizvodi iz arašidov (5), zrnje soje in proizvodi iz soje (6), mleko in mlečni izdelki, ki vsebujejo laktozo (7), oreški in sicer mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ter proizvodi iz njih (8), listna zelena in proizvodi iz nje (9), gorčično seme ali proizvodi iz njega (10), sezamovo seme ali proizvodi iz njega (11), žveplov dioksid ali sulfidi v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO<sub>2</sub> (12), volčji bob in proizvodi iz njega (13), mehkužci in proizvodi iz njih (14).

## JEDILNIK ZA MESEC MAJ 2022

### DIETA ZA SLADKORNO BOLEZEN IN DIETO BREZ GLUTENA

Teden: 9. 5. 2022 - 13. 5. 2022

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO
PON	9.5.	polnozrnati brezglutenski kruh piščančja hrenovka ajvar gorčica jabolko	grahova juha brez glutena 7 puranov zrezek smetanova omaka 7 kruhov cmok brez glutena 3,7 kuhana zelenjavna rdeča pesa v solati voda
TOR	10.5.	polnozrnati brezglutenski kruh skutni namaz z jagodami 7 nesladkani čaj	fižolova enolončnica z zakuho brez glutena 3,7 jabolčna pita brez glutena 3,7 nesladkani čaj
SRE	11.5.	polnozrnati brezglutenski kruh trdo kuhano jajce 3 jabolko	špargljeva juha brez glutena 7 pečen file postrvi krompirjeva solata kivi narezan na koščke
ČET	12.5.	zelenjavna enolončnica brez glutena 3 polnozrnati brezglutenski kruh mandarina - neolupljena	gobova kremna juha brez glutena 7 rižota s telečjim mesom in zelenjavo zeljna solata domači puding brez sladkorja 7
PET	13.5.	polnozrnati brezglutenski kruh tamar sir 7 rdeče redkvice hruška nesladkani čaj	cvetačna juha brez glutena 7 čufte v paprični omaki brez glutena 3,7 pire krompir 7 voda

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

#### OZNAČEVANJE ALERGENOV NA NAŠIH JEDILNIKIH

Gluten (1), raki in proizvodi iz rakov (2), jajca in proizvodi iz jajc (3), ribe in proizvodi iz rib (4), arašidi (kikiriki) in proizvodi iz arašidov (5), zrnje soje in proizvodi iz soje (6), mleko in mlečni izdelki, ki vsebujejo laktozo (7), oreški in sicer mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ter proizvodi iz njih (8), listna zelena in proizvodi iz nje (9), gorčično seme ali proizvodi iz njega (10), sezamovo seme ali proizvodi iz njega (11), žveplov dioksid ali sulfidi v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO<sub>2</sub> (12), volčji bob in proizvodi iz njega (13), mehkužci in proizvodi iz njih (14).

## JEDILNIK ZA MESEC MAJ 2022

### DIETA ZA SLADKORNO BOLEZEN IN DIETO BREZ GLUTENA

Teden: 16. 5. 2022 – 20. 5. 2022 (ŠOLA V NARAVI – pripravljeno po jedilniku kuhinje v Čatežu)

DAN	DATUM	ZAJTRK	DOPOLDANSKA MALICA	KOSILO		POPOLDANSKA MALICA	VEČERJA	
PON	16.5.		brezglutenski kruh salama sir sadje - HRUŠKA	goveja juha z rezanci brez glutena ocvrti piščančji file brez glutena pečen krompir solata - ZELENA		brezglutenski kruh sadje	mesni ragu z zelenjavo testenine brez glutena solata - RADIČ	
TOR	17.5.	brezglutenski kruh jajčno cvrtje sir nesladkani čaj	dietna čokolada brez sladkorja in brezglutena sadje - JABOLKO	goveja juha z rezanci brez glutena dušena govedina v omaki brez glutena pražen krompir solata - ZELJNA		brezglutenski kruh sadje	makaronovo meso brez glutena solata - ZELJNA	
SRE	18.5.	brezglutenski kruh topljeni sirni namaz sadje - JABOLKO nesladkani čaj	prepečenec brez glutena tuna sadje - POMARANČA	goveja juha z zakuho brez glutena piščančji file v naravni omaki brez glutena krompirjev pire 7 solata - KUMARIČNA		brezglutenski kruh sadje	hrenovka na žaru pomes frites solata - KUMARIČNA	
ČET	19.5.	brezglutenski kruh piščančja salama sir sadje - POMARANČA	Crispy kruhki brez glutena sadje - POMARANČA	goveja juha z zakuho brez glutena telečji sote brez glutena dušen riž solata - ZELENA		brezglutenski kruh sadje	ocvrti piščančji medaljončki brez glutena pečen krompir solata - RADIČ	pizza brez glutena solata - ZELENA
PET	20.5.	brezglutenski kruh marmelada (džem) maslo nesladkani čaj	piškoti brez glutena sadje - JABOLKO	goveja juha z rezanci brez glutena ocvrti piščančji file brez glutena pečen krompir solata - KUMARIČNA	špageti brez glutena bolonska omaka solata - ZELJNA sadje - JABOLKO	brezglutenski kruh sadje		

## JEDILNIK ZA MESEC MAJ 2022

### DIETA ZA SLADKORNO BOLEZEN IN DIETO BREZ GLUTENA

Teden: 23. 5. 2022 – 31. 5. 2022

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO
PON	23.5.	polnozrnati brezglutenski kruh grški jogurt 7 kivi	krompirjev golaž z ajdovo kašo brez glutena palačinke z marmelado brez glutena 3,7 voda
TOR	24.5.	polnozrnati brezglutenski kruh dietna marmelada maslo nesladkani čaj jabolko	korenčkova juha brez glutena pečen file osliča maslen krompir 7 pečena zelenjava kumarična solata voda
SRE	25.5.	polnozrnati brezglutenski kruh tekoči navadni jogurt jagode	porova juha brez glutena 7 piščančji trakci naravna omaka brez glutena 3,7 pire krompir 7 mešana solata voda
ČET	26.5.	ajdova enolončnica brez glutena polnozrnati brezglutenski kruh grozdje rdeče	goveja juha z zakuho brez glutena 3,7,9 kuhana govedina svaljki brez glutena 3,7 bučke v smetanovi omaki brez glutena 7 zelena solata voda
PET	27.5.	polnozrnati brezglutenski kruh strech namaz hruška	minjon juha brez glutena 3,9 mesni kaneloni brez glutena 3,7 pire krompir 7 zelenjavna omaka brez glutena 7 zelena solata voda
PON	30.5.	polnozrnati brezglutenski kruh navadni jogurt 7 jabolko	prežganka brez glutena 3 špageti brez glutena 3 goveja mesna omaka brez glutena mešana solata sok jabolčni 100%
TOR	31.5.	polnozrnati brezglutenski kruh dietna marmelada kisla smetana 7 nesladkani čaj	špargljeva kremna juha brez glutena 7 njoki brez glutena 3,7 haše omaka brez glutena 7 mešana solata nesladkani čaj

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

#### OZNAČEVANJE ALERGENOV NA NAŠIH JEDILNIKIH

Gluten (1), raki in proizvodi iz rakov (2), jajca in proizvodi iz jajc (3), ribe in proizvodi iz rib (4), arašidi (kikiriki) in proizvodi iz arašidov (5), zrnje soje in proizvodi iz soje (6), mleko in mlečni izdelki, ki vsebujejo laktozo (7), oreški in sicer mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ter proizvodi iz njih (8), listna zelena in proizvodi iz nje (9), gorčično seme ali proizvodi iz njega (10), sezamovo seme ali proizvodi iz njega (11), žveplov dioksid ali sulfidi v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO<sub>2</sub> (12), volčji bob in proizvodi iz njega (13), mehkužci in proizvodi iz njih (14).