

# JEDILNIK PREDŠOLSKIH OTROK



25. 10. 2021 – 29. 10. 2021

|            | ZAJTRK  | DOP.<br>MALICA | KOSILO   | POP. MALICA                            |
|------------|---|----------------|--|--|
| PONEDELJEK | Polnozrnat kruh (1,3)<br>Maslo (3)<br>Med<br>Čaj, mleko (3) | Sadna malica   | Bučna juha (1)<br>Makaroni v haše<br>omaki (1)<br>Mešana solata<br>Čaj, voda           | Sadje<br>Čaj, voda                     |
| TOREK      | Topli sendviči (1,3)<br>Paprika<br>Čaj, mleko (3)           |                | Korenčkova juha (1)<br>Goveji zrezki v omaki (1)<br>Polenta<br>Rdeča pesa<br>Čaj, voda | Žitna rezina (1,3)<br>Čaj, voda        |
| SREDA      | Čarski praženec (1,3)<br>Čaj, mleko (3)                     |                | Jota (1)<br>Sadje<br>Čaj, voda   | Koruzna štručka (1)<br>Čaj, voda       |
| ČETRTEK    | Ekološki sadni jogurt (3)<br>Kruh (1,3)<br>Čaj, mleko (3)   |                | Prežganka (1,2)<br>Riž<br>Omaka s čičeriko in piščancem<br>Mešana solata<br>Čaj, voda  | Zelenjavni krožnik<br>Čaj, voda        |
| PETEK      | Ovseni kosmiči na mleku (1,3)<br>Čaj                        |                | Zelenjavna enolončnica (1)<br>Domač vanilijev puding (1,3)<br>Čaj, voda                | Marmeladni rogljček (1,3)<br>Čaj, voda |

\*V primeru težav z dobavo živil si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

\*\*Alergeni: Skladno z Uredbo EU (Št. 1169/2011), se morajo v obratih javne prehrane označevati vse snovi, ki lahko povzročajo alergije ali preobčutljivosti (tako imenovani alergeni). Alergeni so označeni na jedilniku poleg živila/jedi v oklepaju.

\*\*\* V vrtcu je otrokom vedno na voljo voda.

## OMAKA S ČIČERIKO IN PIŠČANCEM

### KAJ POTREBUJEM

1. ČIČERIKA (LAHKO IZ KONZERVE)
  2. PIŠČANEC, 40 g
  3. PARADIŽNIKOVA OMAKA, 3 jušne žlice
  4. ČEBULA, 3 kolobarji
  5. ČESEN, 1/2 stroka
  6. MUŠKATNI OREŠČEK, ščep
  7. KORIANDER, ščep
  8. KUMINA, ščep
  9. MAJARON, ščep
  10. OLIVNO OLJE, 1 čajna žlička
- 
1. Piščanca narežemo na male koščke in na malo vode na srednjem ognju podušimo do mehkega, dodamo začimbe; ko skoraj vsa voda izpari, dodamo nasekljano čebulo in česen, prilijemo paradižnikovo omako, ogenj pa zmanjšamo.
  2. Jed pokrijemo in dušimo na majhnem ognju dobrih 15 minut.
  3. Medtem skuhamo riž, odcedimo in prihranimo na toplem.
  4. Piščančji jedi primešamo kuhano čičeriko, ponovno pokrijemo ter kuhamo še 10 minut. Postrežemo ter še topli jedi prilijemo žličko olja.