

JEDILNIK DIETNI NOVEMBER

I. IN II. STAROSTNO OBDOBJE

	ZAJTRK		KOSILO	MALICA
Ponedeljek 3. 11. 2025	BGJMO/Koruzno-rženi kruh ^{1ac,6,11} , domač skutni namaz ⁷ /dietni namaz, rdeča paprika, sadni čaj	Sadna/ zelenjavna malica	Milijonska juha ^{1a,3} /dietna, mesno-zelenjavna lazanja s polnozrnatimi pirinimi testeninami , z govejim mesom ^{1ae,3,7,9} /BJM ^{1a,9} /BG, zelenja solata	Bio navadni jogurt ⁷ /BL ⁷ /rastlinski nadomestek jogurta, koruzni kosmiči ¹ /BG, polovica bio banane
Torek 4. 11. 2025	BGJMO/ Bio vaški pšenični polbeli kruh ^{1a,6,8,11} /Polbeli kruh ^{1,6,11} , domač tunin namaz ^{4,7} /dietni tunin namaz, olive, jagodni čaj	Sadna/ zelenjavna malica	Lečin golaž s krompirjem ⁹ , rezina temnega francoza ^{1,6,11} /BG, pecivo lene gospodinje ^{1a,3,7} /dietno pecivo	Pomaranča/drugo sadje, hrustljavi polnozrnatih kruhki ^{1ac,5,8} /BGJMO
Sreda 5. 11. 2025	Bio koruzna polenta ¹ /BG, domače mleko ⁷ /BL ⁷ /rastlinski napitek, suha sliva ^{5,8,12} /sveže sadje	Sadna/ zelenjavna malica	Dietna/bučna kremna juha ^{7,9} , puranji polpeti ^{1a,3,7} /dietni domači polpeti, bio pire krompir ⁷ /BM, rdeča pesa v solati	BGJMO/Pol rezine polnozrnatega kruha ^{1a,6,11} , barvna paprika, jabolko
Četrtek 6. 11. 2025	BGJMO/Pirin kruh ^{1ae,6,11} , domač bio jajčni namaz ^{3,7,9} /dietni namaz, sveža paprika, sadni čaj	Sadna/ zelenjavna malica	Zelenjavna enolončnica ⁹ , Dietne/palačinke z domačim čokoladno-lešnikovim namazom ^{1a,3,7,8}	Sadni jogurt brez dodanega sladkorja in sladil ⁷ /BL ⁷ /rastlinski sadni nadomestek jogurta, kosmiči s kvinojo, krhlji jabolka
Petek 7. 11. 2025	Mlečni riž na domačem mleku ⁷ /z mlekom BL ⁷ /rastlinskim mlekom, suhe brusnice in rozine ^{5,8,12} /sveže sadje	Sadna/ zelenjavna malica	Bistra juha s pirino ribano kašo ^{1ae,3,9} /z zakuho BGJ, pečene puranje kocke v omaki ^{1a,9} /BG, bio bulgur z zelenjavo ^{1a,9} /riž z zelenjavo, zeljna solata s fižolom	BGJMO/Ovseni kruh ^{1ad,6,11} , Mandarina/drugo sadje

Otroci imajo poleg napitkov pri zajtrku in kosilu vedno na voljo vodo ali druge zeliščne/sadne čaje.

Sadni in/ali zelenjavni krožnik: Malico predstavlja sadno in/ali zelenjavni krožnik, ki se prilagaja sezonsko z upoštevanjem razpoložljivosti sadja (po posvetu z dobaviteljem).

Sheme kakovosti: Jedi, ki vsebujejo ekološko pridelana živila so obarvana z rdečo barvo. Jedi, ki vsebujejo živila lokalnih dobaviteljev so obarvana z zeleno barvo.



→ Lokalno pridelana živila



→ Ekološko pridelana živila

Opomba: Pridržujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez predhodnega obvestila.



JEDILNIK DIETNI NOVEMBER

I. IN II. STAROSTNO OBDOBJE

	ZAJTRK		KOSILO	MALICA
Ponedeljek 10. 11. 2025	Bio pirin z drob z domačim mlekom ^{1ae,7/} na mleku BL ^{1a,7/} /bela polenta na rastlinskem mleku, ribana črna čokolada in lešniki ^{1,6,7,8/} /dietni posip	Sadna/ zelenjavna malica	Brokolijeva kremna juha ^{7/} /dietna, pečen piščančji zrezek, dušen polnozrnat kuskus ^{1a/} /dušena prosena kaša BG, rdeča pesa v solati	Domač vanilijev puding ^{7/} /domač dietni puding, jagodni preliv
Torek 11. 11. 2025	BGJMO/Koruzni kruh ^{1a,6,11/} , domač bio čičerikin namaz ^{7/} /domač dietni namaz ^{9/} , sveže kumarice, sadni čaj	Sadna/ zelenjavna malica	Juha z domačimi vlivanci ^{1a,3,9/} /z dietno zakuho, pečene piščančje kračice, mlinci ^{1,3/} /testenine BJ ^{1a/} /BG, dušeno rdeče zelje ¹	Banana, hrustljavi polnozrnatih kruhki ^{1ac,5,8/} /BGJMO
Sreda 12. 11. 2025	BGJMO/Koruzno-rženi kruh ^{1ac,6,11/} , puranja prsa, bio rdeča paprika , sadni čaj	Sadna/ zelenjavna malica	Telečja hrenovka/dietna hrenovka/kuhana govedina, krompirjeva omaka s stročjim fižolom	Bio navadni kefir ^{7/} /jogurt BL ^{7/} /rastlinski nadomestek jogurta, pol banane, polnozrnat grisin ^{1a,6}
Četrtek 13. 11. 2025	Mlečna bio prosena kaša ^{1,7/} s cimetom in vanilijo/na mleku BL ^{7/} /BG na rastlinskem mleku, hruška	Sadna/ zelenjavna malica	Goveji golaž ^{1a,9/} , bio koruzna polenta ^{1/} /BG, zelena solata z radičem in fižolom	Štručka BGJMO/Polovica makovke ^{1a,6,11/} , mandarina
Petek 14. 11. 2025	Jogurt ^{7/} /jogurt BL ^{7/} /rastlinski nadomestek jogurta, polnozrnat žemljica ^{1a,6,11/} /štručka BGJMO, suho sadje ^{5,8,12/} /sveže sadje	Sadna/ zelenjavna malica	Pečen ribji file v skorjici ^{1a,4,7,14/} /pečen ribji file ^{4/} , bio pretlačen krompir , zelena solata	Jabolko, riževi vafli ^{11/} /BG

Otroci imajo poleg napitkov pri zajtrku in kosilu vedno na voljo vodo ali druge zeliščne/sadne čaje.

Sadna/zelenjavna malica: Otrokom se ponuja sezonsko sadje/zelenjava (pretežno jabolka).

Sheme kakovosti: Jedi, ki vsebujejo ekološko pridelana živila so obarvana z rdečo barvo. Jedi, ki vsebujejo živila lokalnih dobaviteljev so obarvana z zeleno barvo.



→ Lokalno pridelana živila



→ Ekološko pridelana živila

Opomba: Pridržujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez predhodnega obvestila.



JEDILNIK DIETNI NOVEMBER

I. IN II. STAROSTNO OBDOBJE

	ZAJTRK		KOSILO	MALICA
Ponedeljek 17. 11. 2025	BGJMO/Markovski črni kruh ^{1ac,6,11} , tunina ⁴ , maslo ⁷ /margarina, olive, čebula, čaj	Sadna/ zelenjavna malica	Piščančji paprikaš ^{1a,9} /dietni, bio pirini svedri ^{1ae} /BG/BJ, zelena solata	Jogurt navadni ⁷ /BL ⁷ /rastlinski nadomestek jogurta, pol banane, žlička medu/marmelade
Torek 18. 11. 2025	Koruzni kosmiči ¹ /BG, mleko s kmetije ⁷ /BL ⁷ /rastlinski napitek	Sadna/ zelenjavna malica	Kremna korenčkova juha ⁷ /BM, bio kvinoja z rižem z in zelenjavo ¹ /BG, cvetačni polpet s sirom ^{1a,3,7,11} /dietni domači zelenjavni polpeti, zelena solata	BGJMO/Pol ržene žemljice ^{1ac,6,11} , rezina sira ⁷ /dietni namaz, paprika
Sreda 19. 11. 2025	BGJMO/Ovseni kruh ^{1ad,6,11} , domača piščančja pašteta ^{7,9} /domača dietna pašteta, kislo zelje , planinski čaj z limono	Sadna/ zelenjavna malica	Pečeni piščančji trakci v zelenjavni omaki ^{1a,9} /BG, ajdova kaša z zelenjavo, rdeča pesa v solati	Domača skutna pena s sadjem ⁷ /BL ⁷ /rastlinski nadomestek jogurta, kornet ^{1a,3,5,6,7,8} /dietni piškoti
Četrtek 20. 11. 2025	Bio mlečni močnik na domačem mleku ^{1a,3,7} /pšenični zdrob na mleku BL ^{1,7} /bela polenta z rastlinskim napitkom, pol jabolka	Sadna/ zelenjavna malica	Štajerska kislja juha s telečjim mesom ⁹ , domače rožičevo pecivo z jabolki ^{1a,3,7} /dietno pecivo	Polovica kraljeve štručke ^{1abcd,5,6,8,11} /pol polnozrnat žemlje ^{1,6,11} /štručka BGJMO, mandarina
Tradicionalni slovenski zajtrk Petek 21. 11. 2025	BGJMO/ Rženi kruh ^{1as,7,11} , maslo ⁷ /margarina, med /marmelada, domače mleko ⁷ /BL ⁷ /rastlinski napitek, krhlji jabolka	Sadna/ zelenjavna malica	Cvetačna kremna juha ⁷ /BM, pečen ribji file ⁴ , kuhan krompir v česnovem maslu ⁷ /BM, zelena solata z bio čičeriko	Banana, hrustljiv koruzni kruhek ^{1ac,5,8} /BGJMO

Otroci imajo poleg napitkov pri zajtrku in kosilu vedno na voljo vodo ali druge zeliščne/sadne čaje.

Sadna/zelenjavna malica: Otrokom se ponuja sezonsko sadje/zelenjava (pretežno jabolka).

Sheme kakovosti: Jedi, ki vsebujejo ekološko pridelana živila so obarvana z rdečo barvo. Jedi, ki vsebujejo živila lokalnih dobaviteljev so obarvana z zeleno barvo.



→ Lokalno pridelana živila



→ Ekološko pridelana živila

Opomba: Pridržujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez predhodnega obvestila.



JEDILNIK DIETNI NOVEMBER

I. IN II. STAROSTNO OBDOBJE

	ZAJTRK		KOSILO	MALICA
Ponedeljek 24. 11. 2025	BGJMO/Rženi kruh s koruznim zdrobom ^{1ac,6,11} , sirni namaz ⁷ /dietni namaz, kisle kumare	Sadna/ zelenjavna malica	Bistra juha z ribano kašo ^{1a,3,9} /z dietno zakuho, makaronovo meso s puranjimi kockami ^{1a,9} /makaroni BG, rdeča pesa v solati	Bio mleko ⁷ , pirin piškot ^{1ae,3,7,8} /dietni piškot, pol jabolka
Torek 25. 11. 2025	Pirin zdrob ^{1ae} na mleku ⁷ /BL ⁷ /bela polenta na rastlinskem mleku, cimet	Sadna/ zelenjavna malica	Brokolijeva juha ⁹ , pečen ribji file ⁴ , bio bulgur z zelenjavo ¹ /riž z zelenjavo, zelena solata	Ovseni kruh ^{1ad,6,11} , piščančja prsa, češnjev paradižnik
Sreda 26. 11. 2025	BGJMO/Kruh s sončničnimi semeni ^{1ae,6,11} , sir ⁷ /BL ⁷ /dietni namaz, paprika, planinski čaj z limono	Sadna/ zelenjavna malica	Paradižnikova juha ^{1a,9} /dietna, mesno-zelenjavna rižota (pira , ješprenj, riž) s piščančjim mesom ^{1eb,9} , zelena solata z radičem in fižolom	Banana, polnozrnat prepečenec ^{1ab,6,10,13} /BG
Četrtek 27. 11. 2025	Pšenični zdrob ^{1a} na domačem mleku ⁷ /mleku BL ⁷ /bela polenta na rastlinskem mleku, ribana črna čokolada in orehi ^{1,6,7,8} /dietna črna čokolada	Sadna/ zelenjavna malica	Gobova juha z domačimi ajdovimi žličniki ⁹ , domače skutino pecivo ^{1a,3,7} /dietno pecivo	Pol ržene žemljice ^{1ac,6,11} /štručka BG, mandarina/drugo sadje
Petek 28. 11. 2025	BGJMO/ Bio pirin kruh ^{1ae,6,11} , kislá smetana ⁷ /margarina, bio marmelada , zeliščni čaj	Sadna/ zelenjavna malica	Dietna/Mesna kroglica ^{1a,3,7,9} v paradižnikovi omaki ¹ , bio pire krompir ⁷ /BM, domači jabolčni sok	Jabolko , koruzni vafelj/BG

Otroci imajo poleg napitkov pri zajtrku in kosilu vedno na voljo vodo ali druge zeliščne/sadne čaje.

Sadna/zelenjavna malica: Otrokom se ponuja sezonsko sadje/zelenjava (pretežno jabolka).

Sheme kakovosti: Jedi, ki vsebujejo ekološko pridelana živila so obarvana z rdečo barvo. Jedi, ki vsebujejo živila lokalnih dobaviteljev so obarvana z zeleno barvo.



→ Lokalno pridelana živila



→ Ekološko pridelana živila

Opomba: Pridržujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez predhodnega obvestila.



Vrtec Ptui





JEDILNIK DIETNI NOVEMBER

I. IN II. STAROSTNO OBDOBJE



Opomba: - Otrokom 1. starostnega obdobja ponujamo mehansko bolj obdelane, prilagojene obroke (manjši koščki, mletu meso in podobno). Namesto paniranih kosov mesa ponujamo pečene fileje.

- Otrokom je vsak dan na voljo tudi sadna/zelenjavna malica, ki jo sestavlja sezonsko sadje ali zelenjava.

Dietna – se nanaša na individualne medicinsko indicirane diete otrok s posebnimi prehranskimi omejitvami v Vrtcu Ptuj. V kuhinji vrtca se trudimo, da iz prehrane slednjih izključujemo le živila in jedi, ki vsebujejo posamezniku nevarne alergene in/ali sledove le-teh, **BL** – brez laktoze, **BG** – brez glutena, **BGJMO** – brez glutena, jajc, mleka in oreščkov.

OPOROŽILO: V zgornjih jedeh so lahko vsebovani nekateri alergeni.

LEGENDA VSEBOVANIH ALERGENOV:

- (1) Žita, ki vsebujejo gluten, zlasti: pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste in proizvodi iz njih.
- (2) Raki in proizvodi iz njih.
- (3) Jajca in proizvodi iz njih.
- (4) Ribe in proizvodi iz njih.
- (5) Arašidi (kikiriki) in proizvodi iz njih.
- (6) Zrnje soje in proizvodi iz njega.
- (7) Mleko in mlečni proizvodi, ki vsebujejo laktozo.

- (8) Oreščki: mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija ali orehi Queensland ter proizvodi iz njih.
- (9) Listna zelena in proizvodi iz nje.
- (10) Gorčično seme in proizvodi iz njega.
- (11) Sezamovo seme in proizvodi iz njega.
- (12) Žveplov dioksid in proizvodi iz njega.
- (13) Volčji bob in proizvodi iz njega.
- (14) Mehkužci in proizvodi iz njih.

OZNAČEVANJE ALERGENOV

Na osnovi Uredbe o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom št. 1169/2011 in Pravilnika o splošnem označevanju predpakiranih živil (Ur. list RS, št. 50/04, 58/04, 43/05, 64/05, 83/05, 115/05 in 118/07),

Vrtec Ptuj informira javnost o zagotavljanju varnosti živil, ki se uporabljajo v vrtcu. V okviru jedilnika so navedene snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergije ali preobčutljivost. Poleg alergenov, ki so na jedilniku označeni s števkami od 1 do 14, lahko posamezna živila vsebujejo vse zgoraj naštetje alergene tudi v sledovih. Otrokom, ki nimajo prehranske preobčutljivosti, alergeni v živilih ne povzročajo nikakršnih težav, otrokom s prehransko preobčutljivostjo pripravljamo dietne obroke, v skladu z navodili pediatra ali specialista.

SKUPINA ZA PREHRANO

VRTEC PTUJ, 30.10.2025

MATEJA LOBENWEIN
ravnateljica
Po pooblastilu Urška Petek



Vrtec Ptuj