



Vrtec Antona Medveda Kamnik  
Novi trg 26b, 1241 Kamnik  
telefon 01 830 33 30  
telefaks 01 839 13 27  
e-pošta: info@vrtec-kamnik.si  
e-naslov: [www.vrtec-kamnik.si](http://www.vrtec-kamnik.si)



Gozdni vrtec



## DIETNI JEDILNIK: ALERGIJA NA MLEKO

5. avgust 2019 - 9. avgust 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

5. 8. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	I. kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh s semeni, mesno zelenjavni namaz, bezgov čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. puranje meso z zelenjavo, dušen riž, sestavljena solata (zelena solata, paradižnik in avokado), limonada iz limon, grenivk in pomaranč II. tortilja BGMJS s puranjim mesom, zelenjavo in sirom BGMJS, sestavljena solata (zelena solata, paradižnik in avokado), limonada iz limon, grenivk in pomaranč
Malica	kokosov jogurt naravni, ovseni kruh
6. 8. 19	TOREK
Zajtrk	palačinke BGMJS, marelična marmelada, rižev/ovseni/mandljev napitek
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. pečen file novozelandskega repaka, pražen krompir, grška solata ( <i>sir BGMJS</i> ) II. pečen file novozelandskega repaka, tržaška omaka, pražen krompir, grška solata ( <i>sir BGMJS</i> )
Malica	kruh s semeni, sojin namaz, narezane kumare
7. 8. 19	SREDA
Zajtrk	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. ovseni kruh, namaz s praženimi bučnimi semeni, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	cvetačna kremna juha, večzrnate testenine s kvinojo BGMJS v haše omaki z <b>*mletim govejim mesom</b> , zelena solata
Malica	rižev/ovseni napitek, krhki vanilijevi piškoti BGMJS
8. 8. 19	ČETRTEK – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. mlečni zdrob na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. ajdov kruh, jajčna jed, otroški čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna enolončnica z rižem, piro in ječmenom, črni kruh, jabolčni zavitek BGMJS s sladoledom BGMJ
Malica	<b>*blazinica</b> , sir BGMJS, nektarina
9. 8. 19	PETEK
Zajtrk	prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, dušeno sadje s cimetom (jabolko, nektarina)
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	pečen piščančji zrezek v zelenjavni omaki, svaljki BGMJS zabeljeni z margarino BGMJ in drobtinami BGMJS, kumare v solati
Malica	štručka s koprivo in semeni, rezine jabolk

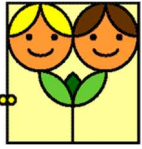
\*Pridružujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez predhodnega obvestila. Hvala za razumevanje!

\*\* BGMJ – brez glutena, mleka in jajc / \*\* BGMJS – brez glutena, mleka, jajc in soje

\* Sadno-zelenjavni krožnik sestavlja sezonsko sveže sadje in zelenjava, ki jih lahko uživamo surove:

- zelena solata, paradižnik, kumare, sveže zelje, korenje, paprika, radič
- hruške, melona, lubenica, marelice, breskve, nektarine, borovnice, fige, ringlo, grozdje, jabolka, maline, kivi, banane, ananas
- \*v jedeh, kjer je posamezno živilo označeno z zvezdico (\*), je uporabljeno ekološko živilo.

Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano



Vrtec Antona Medveda Kamnik  
Novi trg 26b, 1241 Kamnik  
telefon 01 830 33 30  
telefaks 01 839 13 27  
e-pošta: [info@vrtec-kamnik.si](mailto:info@vrtec-kamnik.si)  
e-naslov: [www.vrtec-kamnik.si](http://www.vrtec-kamnik.si)



Gozdni vrtec



## DIETNI JEDILNIK: ALERGIJA NA MLEKO

12. avgust 2019 - 16. avgust 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

12. 8. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh s semeni, tunin namaz, zelenjavni krožnik, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	goveja juha z zakuho BGMJS ( <i>ribana kaša BGMJS</i> ), kuhana govedina v naravni omaki, dušen riž, zelena solata z radičem
Malica	biskvit z mareličnim/malinovim polnilom, limonada iz limon, grenivk in pomaranč
13. 8. 19	TOREK – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. <b>*pirin zdrob</b> na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. <b>*blazinica</b> , sir BGMJS, kokosov jogurt ali rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna enolončnica s čičeriko, črni kruh, banana split ( <i>1/2 banane, sladoled BGMJ, kokosova smetana za stepanje</i> )
Malica	francoski rogljič brez mleka in jajc, rezine nektarin
14. 8. 19	SREDA
Zajtrk	I. domači čokolešnik na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. polnozrnat kruh, margarina BGMJ, med, rižev/ovseni/mandljev napitek
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	brokolijeva juha, piščančja nabodala, tople kumare s krompirjem
Malica	<b>*blazinica</b> , sir BGMJS, jabolko
15. 8. 19	ČETRTEK – PRAZNIK
16. 8. 19	PETEK
Zajtrk	mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, narezano suho sadje
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. zelenjavna kremna juha, večzrnate testenine s kvinojo BGMJS z milansko omako ( <i>piščančje prsi v ovitku</i> ), zelena solata II. zelenjavna kremna juha, pizza s piščančjo salamo in sirom BGMJS, zelena solata
Malica	kokosov jogurt naravni, črni kruh z manjšo vsebnostjo soli

\*Pridružujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez predhodnega obvestila. Hvala za razumevanje!

\*\* BGMJ – brez glutena, mleka in jajc / \*\* BGMJS – brez glutena, mleka, jajc in soje

\* Sadno-zelenjavni krožnik sestavlja sezonsko sveže sadje in zelenjava, ki jih lahko uživamo surove:

- zelena solata, paradižnik, kumare, sveže zelje, korenje, paprika, radič
- hruške, melona, lubenica, marelice, breskve, nektarine, borovnice, fige, ringlo, grozdje, jabolka, maline, kivi, banane, ananas
- \*v jedeh, kjer je posamezno živilo označeno z zvezdico (\*), je uporabljeno ekološko živilo.

Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano



Vrtec Antona Medveda Kamnik  
Novi trg 26b, 1241 Kamnik  
telefon 01 830 33 30  
telefaks 01 839 13 27  
e-pošta: [info@vrtec-kamnik.si](mailto:info@vrtec-kamnik.si)  
e-naslov: [www.vrtec-kamnik.si](http://www.vrtec-kamnik.si)



Gozdni vrtec



## DIETNI JEDILNIK: ALERGIJA NA MLEKO

19. avgust 2019 - 23. avgust 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

19. 8. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. *kruh z rozinami, margarina BGMJS, med, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	pečen puranji zrezek, polnozrnata polenta, zelenjavni ratatouille
Malica	*blazinica, nektarina
20. 8. 19	TOREK
Zajtrk	I. *pirin zdrob na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. štručka s semeni, puranje prsi v ovitku, zelenjavni krožnik, lipov čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna enolončnica z *govejim mesom, črni kruh, sladoled BGMJS
Malica	kokosov jogurt naravni, grisini iz riža in koruze
21. 8. 19	SREDA – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. ajdov kruh, jajčna jed, otroški čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	kremna juha iz rdeče leče, testenine iz riža in koruze torteli v zelenjavni omaki, zelena solata s paradižnikom
Malica	*100 % jabolčni sok, *blazinica
22. 8. 19	ČETRTEK
Zajtrk	kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, kakavov posip
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	pečen lososov file, zelenjavna rižota, zelena solata
Malica	*blazinica, sir BGMJS, češnjev paradižnik
23. 8. 19	PETEK
Zajtrk	I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. črni kruh z manjšo vsebnostjo soli, čičerikin namaz, narezana paprika in kumare, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	pečena *goveja hrenovka, pire krompir (margarina BGMJS, riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje ali sojina kislá smetana), grška solata (sir BGMJS)
Malica	*blazinica z makom 40 g, jabolko

\*Pridružujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez predhodnega obvestila. Hvala za razumevanje!

\*\* BGMJ – brez glutena, mleka in jajc / \*\* BGMJS – brez glutena, mleka, jajc in soje

\* Sadno-zelenjavni krožnik sestavlja sezonsko sveže sadje in zelenjava, ki jih lahko uživamo surove:

- zelena solata, paradižnik, kumare, sveže zelje, korenje, paprika, radič
- hruške, melona, lubenica, marelice, breskve, borovnice, fige, ringlo, grozdje, jabolka, maline, kivi, banane, ananas
- \*v jedeh, kjer je posamezno živilo označeno z zvezdico (\*), je uporabljeno ekološko živilo.

Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano



Vrtec Antona Medveda Kamnik  
Novi trg 26b, 1241 Kamnik  
telefon 01 830 33 30  
telefaks 01 839 13 27  
e-pošta: info@vrtec-kamnik.si  
e-naslov: [www.vrtec-kamnik.si](http://www.vrtec-kamnik.si)



Gozdni vrtec



## DIETNI JEDILNIK: ALERGIJA NA MLEKO

### 26. avgust 2019 - 30. avgust 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

26. 8. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. *korenčkov kruh, sojina kislá smetana, rezine trdo kuhanih jajc, zelenjavni krožnik, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	puranji paprikaš, kruhov cmok BGMJS, zelena solata z radičem
Malica	francoski rogljič brez mleka in jajc, rezine nektarin
27. 8. 19	TOREK
Zajtrk	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. rženi kruh, sončnični otroški namaz, zelenjavni krožnik, zeliščni čaj (materina dušica)
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	paniran file kapskega osliča (brez jajc, drobtine BGMJS), krompir v kosih, dušena blitva
Malica	kokosov jogurt sadni, ovseni kruh
28. 8. 19	SREDA – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. *blazinica s semeni, sir BGMJS, zelenjavni krožnik, otroški čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna enolončnica z zeleno lečo, črni kruh, sladoled BGMJS
Malica	marelica, *blazinica s semeni 40 g
29. 8. 19	ČETRTEK
Zajtrk	štručka s koprivo in semeni, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	pečene piščančje krače, večzrnate testenine s kvinojo BGMJS z bučkami, jajčevci, paradižnikom, čebulo in sirom BGMJS, *jabolčni sok
Malica	*blazinica, sir BGMJS, suho sadje z oreščki
30. 8. 19	PETEK
Zajtrk	domači čokolešnik (*pirin zdrob, ovseni kosmiči, nesladkan kakav v prahu, mleti lešniki) na riževem/ovsenem/mandljevem mleku
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	chilli con carne z *govejim mesom, dušen basmati riž, kumare v solati
Malica	*blazinica, nektarina

\*Pridružujemo si pravico, da v primeru nepredvidljivih dogodkov spremenimo jedilnik brez predhodnega obvestila. Hvala za razumevanje!

\*\* BGMJ – brez glutena, mleka in jajc / \*\* BGMJS – brez glutena, mleka, jajc in soje

\* Sadno-zelenjavni krožnik sestavlja sezonsko sveže sadje in zelenjava, ki jih lahko uživamo surove:

- zelena solata, paradižnik, kumare, sveže zelje, korenje, paprika, radič
- hruške, melona, lubenica, marelice, breskve, nektarine, borovnice, fige, ringlo, grozdje, jabolka, maline, kivi, banane, ananas
- \*v jedeh, kjer je posamezno živilo označeno z zvezdico (\*), je uporabljeno ekološko živilo.

Označevanje ekoloških živil na jedilniku je v skladu s pogoji označevanja ekoloških živil Ministrstva za kmetijstvo, gozdarstvo in prehrano