



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



Gozdni vrtec



DIETNI JEDILNIK: ALERGIJA NA MLEKO

1. julij 2019 - 5. julij 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

1. 7. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	I. *pirin zdrob na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh s semeni, mesno zelenjavni namaz, bezgov čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	obara s puranjim mesom, zelenjavo in ribano kašo BGMJ, črni kruh, sladoled BGMJ
Malica	kruh s semeni, sir BGMJS, češnjev paradižnik
2. 7. 19	TOREK
Zajtrk	prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, jabolčni čips in jabolčni krlji
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	pečen file morskega lista, pire krompir z dodatkom sladkega krompirja krompir (<i>margarina BGMJ, riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje ali sojina kislá smetana</i>), paradižnik in kumare v solati
Malica	*blazinica s semeni 40 g, nektarina
3. 7. 19	SREDA
Zajtrk	I. kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. *blazinica, domači namaz liptaver BGMJS, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	mesne kroglice iz piščančjega mesa v paradižnikovi omaki, dušen basmati riž, zelena solata
Malica	biskvit z mareličnim/malinovim polnilom, limonada iz limon, grenivk in pomaranč
4. 7. 19	ČETRTEK
Zajtrk	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. polnozrnatí kruh, margarina BGMJ, jagodna marmelada, rižev/ovseni/mandljev napitek
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	brokolijeva kremna juha, kaneloni BGMJS, preliv s sojino kisló smetano, kokosovim jogurtom, česnom in zelišči, sestavljena solata (zelena solata, paradižnik in avokado)
Malica	*blazinica z makom 40 g, jabolko
5. 7. 19	PETEK
Zajtrk	štručka s koprivo in semeni, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	korenčkova kremna juha, pečena *goveja hrenovka, večzrnate testenine s kvinojo BGMJS z bučkami, jajčevci, paradižnikom, čebulo in sirom BGMJS, *jabolčni sok
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
- maline, borovnice, melona, lubenica, marelice, breskve, nektarine, fige, jabolka, kivi, hruške, 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



Gozdni vrtec



DIETNI JEDILNIK: ALERGIJA NA MLEKO

8. julij 2019 - 12. julij 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

8. 7. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	I. prosenka kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. polnozrnati kruh, margarina BGMJ, med, rižev/ovseni/mandljev napitek
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna kremna juha, testenine iz riža in koruze torteli s puranjim filejem in bučkami v smetanovi omaki (<i>riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje in/ali sojina kislja smetana</i>), paradižnik in kumare v solati
Malica	*blazinica/polnozrnati kruh, sir BGMJS, jabolko
9. 7. 19	TOREK
Zajtrk	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. štručka s semeni, pečene piščančje prsi, zelenjavni krožnik, otroški čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna enolončnica s stročjim fižolom in z *govejim mesom, črni kruh, sladoled BGMJ
Malica	I. kokosov jogurt naravni, črni kruh II. kokosov jogurt naravni, grisini iz riža in koruze BGMJS
10. 7. 19	SREDA – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh, jajčna jed, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	popočen mladi sir BGMJS, polenta, zelenjavni ratatouille
Malica	rižev/ovseni napitek, kakavovi piškoti s kokosom BGMJS
11. 7. 19	ČETRTEK
Zajtrk	I. kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. *blazinica z makom, sir BGMJS, kokosov jogurt naravni ali rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	pečen file novozelandskega repaka, pražen krompir, sestavljena solata (zelenja solata, paradižnik in kumare)
Malica	*blazinica z makom 40 g, nektarina
12. 7. 19	PETEK
Zajtrk	*pirin zdrob na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, dušeno sadje s cimetom (jabolko, nektarina)
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	perutninska juha z rezanci BGMJS (<i>jušni rezanci iz riža in koruze</i>), rižota s piščancem in z zelenjavo, zelena solata z motovilcem
Malica	ovseni kruh, sojina kislja smetana ali sojin sirni namaz, narezane kumare

*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
- maline, borovnice, melona, lubenica, marelice, breskve, nektarine, fige, jabolka, kivi, hruške, 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



Gozdni vrtec



DIETNI JEDILNIK: ALERGIJA NA MLEKO

15. julij 2019 - 19. julij 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

15. 7. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	I. domači čokolešnik na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. *kruh z rozinami, margarina BGMJ, med, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	goveja juha z zakuho BGMJS (<i>ribana kaša BGMJS</i>), kuhana govedina v naravni omaki, pirina kaša z zelenjavo, 100 % sadno zelenjavni sok
Malica	nektarina, *blazinica z makom 40 g
16. 7. 19	TOREK – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. ajdov kruh, jajčna jed, lipov čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna enolončnica s rjavim rižem, rdečo kvinojo in praženo ajdo, črni kruh, cmoki s sadnim nadevom BGMJS na margarini BGMJ in drobtinica BGMJS
Malica	I. ajdov kruh, sir BGMJS, češnjev paradižnik II. grisini iz riža in koruze BGMJS, sir BGMJS, češnjev paradižnik
17. 7. 19	SREDA
Zajtrk	I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh s semeni, lososov namaz, zelenjavni krožnik, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	polnjene paprike v omaki, pire krompir (<i>margarina BGMJ, riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje ali sojina kislá smetana</i>), zelena solata
Malica	*100 % jabolčni sok, *blazinica
18. 7. 19	ČETRTEK
Zajtrk	I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. *blazinica, namaz s praženimi bučnimi semeni, zeliščni čaj (materina dušica)
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	pečen piščančji zrezek, večzrnate testenine s kvinojo BGMJS z zelenjavo, grška solata (<i>sir BGMJS</i>)
Malica	I. kokosov jogurt naravni, *blazinica II. kokosov jogurt naravni, domača granola
19. 7. 19	PETEK
Zajtrk	mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, narezano suho sadje z oreščki
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. zelenjavna kremna juha, večzrnate testenine s kvinojo BGMJS z milansko omako (<i>puranje prsi v ovitku</i>), zelena solata II. zelenjavna kremna juha, pizza s puranjo salamo in sirom BGMJS, zelena solata
Malica	francoski rogljič brez mleka in jajc, rezine nektarin

*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
- maline, borovnice, melona, lubenica, marelice, breskve, nektarine, fige, jabolka, kivi, hruške, 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



Gozdni vrtec



DIETNI JEDILNIK: ALERGIJA NA MLEKO

22. julij 2019 - 26. julij 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

22. 7. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	I. kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. ovseni kruh, medeni namaz z orehi, rižev/ovseni/mandljev napitek
Malica	sadna kaša /sadni krožnik
Kosilo	paradižnikova juha, pečene piščančje krače, tople kumare s krompirjem
Malica	*blazinica, sir BGMJS, jabolko
23. 7. 19	TOREK
Zajtrk	I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh z manjšo vsebnostjo soli, tunin namaz, zelenjavni krožnik, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	testenine iz riža in koruze torteli po bolonjsko, sir BGMJS, zelena solata s koruzo
Malica	*blazinica z rozinami 40 g, rižev/ovseni napitek
24. 7. 19	SREDA – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. črni kruh/*blazinica, sir BGMJS, zelenjavni krožnik, planinski čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna enolončnica z rdečo lečo, črni kruh, palačinke BGMJS s sladoledom BGMJ in svežim sadjem (<i>nektarine, marelice, breskve, borovnice, maline</i>)
Malica	francoski rogljič brez mleka in jajc, rezine nektarin
25. 7. 19	ČETRTEK
Zajtrk	kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, kakavov posip
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	piščančja nabodala, pražen basmati riž z zelenjavo, kumare v solati
Malica	črni kruh z manjšo vsebnostjo soli, sojina kislá smetana ali sojin sirni namaz, češnjev paradižnik
26. 7. 19	PETEK
Zajtrk	I. pšenični zdrob z ovsenimi kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. rženi kruh, sončnični namaz z bučkami in porom, zelenjavni krožnik, bezgov čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna kremna juha, svinjski/goveji zrezek v omaki, kruhov cmok BGMJS, sestavljena solata (zelena solata, paradižnik in avokado)
Malica	kokosov jogurt naravni, banana

*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
- maline, borovnice, melona, lubenica, marelice, breskve, nektarine, fige, jabolka, kivi, hruške, 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



Gozdni vrtec



DIETNI JEDILNIK: ALERGIJA NA MLEKO

29. julij 2019 - 2. avgust 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

29. 7. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	štručka s koprivo in semeni/* blazinica , margarina BGMJ, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	goveji golaž, dušen bulgur, sestavljena solata (zelena solata, paradižnik in kumare)
Malica	štručka s koprivo in semeni, rezine marelic
30. 7. 19	TOREK – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. ajdov kruh, jajčna jed, otroški čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna italijanska mineštra s testeninami (večzrnate testenine s kvinojo BGMJS), črni kruh, sladoled BGMJ
Malica	kokosov jogurt naravni, * blazinica
31. 7. 19	SREDA
Zajtrk	domači čokolešnik (* pirin zdrob , <i>ovseni kosmiči</i> , <i>nesladkan kakav v prahu</i> , <i>mleti lešniki</i>) na riževem/ovsenem/mandljevem mleku
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. brokolijeva kremna juha, piščančji hamburger/pleskavica v omaki, dušen riž, limonada iz limon, grenivk in pomaranč II. brokolijeva kremna juha, piščančji hamburger/pleskavica, bombeta s sezamom, listi zelene solate, ketchup, limonada iz limon, grenivk in pomaranč
Malica	rženi kruh, sir BGMJS, narezane kumare
1. 8. 19	ČETRTEK
Zajtrk	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. ajdova žemlja, sir BGMJS, listi zelene solate, zeliščni čaj (materina dušica)
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	pečen lososov file, pire krompir (<i>margarina BGMJ</i> , <i>riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje ali sojina kislá smetana</i>), kremna špinača (<i>riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje in/ali sojina kislá smetana</i>)
Malica	* blazinica z rozinami , nektarina
2. 8. 19	PETEK
Zajtrk	I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. črni kruh z manjšo vsebnostjo soli, čičerikin namaz, narezana paprika in kumare, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	kremna juha iz bučk, rižota s puranjim mesom in zelenjavo, sir BGMJS, sestavljena solata (paradižnik, kumare in avokado)
Malica	kokosov jogurt sadni, 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
- maline, borovnice, melona, lubenica, marelice, breskve, nektarine, fige, jabolka, kivi, hruške, 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