



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 IN JAJCA 2. september 2019 - 6. september 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

2. 9. 19	PONEDELJEK
<b>Zajtrk</b>	I. kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, čičerikin namaz, narezana paprika in kumare, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	I. mesni polpeti v naravni omaki, dušen <b>*bulgur</b> , paradižnik in kumare v solati II. mesni polpeti v naravni omaki, dušen <b>*bulgur</b> , grška solata ( <i>sir BGMJS</i> )
<b>Malica</b>	I. pecivo BMJ II. pecivo BMJ, jabolko
3. 9. 19	TOREK – BREZMESNI DAN
<b>Zajtrk</b>	I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, margarina BGMJ, domači namaz iz suhega sadja, rižev/ovseni/mandljev napitek
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	I. špinačna kremna juha, testenine iz riža in koruze torteli v paradižnikovi omaki, sir BGMJS, zelena solata II. špinačna kremna juha, testenine iz riža in koruze torteli v paradižnikovi omaki, sir BGMJS, zelena solata z radičem
<b>Malica</b>	I. <b>*blazinica z makom 40 g</b> , nektarina/sadna kaša II. <b>*blazinica z makom 40 g</b> , nektarina
4. 9. 19	SREDA
<b>Zajtrk</b>	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, piščančje prsi v ovitku, listi zelene solate, bezgov čaj
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	enolončnica s puranjim mesom, z zelenjavo in lečo, kruh BMJ, dietni sladoled BGMJ
<b>Malica</b>	I. kokosov jogurt, kruh BMJ II. kokosov jogurt, grisini iz riža in koruze
5. 9. 19	ČETRTEK
<b>Zajtrk</b>	prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, narezano suho sadje
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	I. paradižnikova juha, pečen file novozelandskega repaka, pire krompir ( <i>margarina BGMJS, riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje ali sojina kislja smetana</i> ), zelena solata II. paradižnikova juha, pečen file novozelandskega repaka, pire krompir ( <i>margarina BGMJS, riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje ali sojina kislja smetana</i> ), zelena solata z rukolo
<b>Malica</b>	I. kruh/pecivo BMJ, kokosov jogurt II. kruh/pecivo BMJ, sojina kislja smetana, češnjev paradižnik
6. 9. 19	PETEK
<b>Zajtrk</b>	I. <b>*pirin zdrob</b> na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, lososov namaz, zelenjavni krožnik, sadni čaj
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	piščančja nabodala, pražen basmati riž z zelenjavo, prleške murke ( <i>sojina kislja smetana</i> )
<b>Malica</b>	rižev/ovseni napitek, biskvit z mareličnim polnilom BGMJS

\*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 / BMJ – brez mleka in jajc

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

- zelena solata, sveže zelje, motovilec, rukola, mesečna redkvice, korenje, radič, paradižnik, kumare
- borovnice, maline, hruške, fige, jabolka, lubenica, grozdje, banane, ananas, melona, slive

\*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 IN JAJCA

### 9. september 2019 - 13. september 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

9. 9. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, dušena jabolka s cimetom
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. piščančji zrezek v omaki s češnjevimi paradižniki in sirom mozzarella BGMJS, dušen kuskus, zelena solata II. piščančji zrezek v omaki s češnjevimi paradižniki in sirom mozzarella BGMJS, dušen kuskus, zelena solata z motovilcem
Malica	I. *blazinica z makom 40 g, hruška/sadna kaša II. *blazinica z makom 40 g, hruška
10. 9. 19	TOREK – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, sir BGMJS/bio sončnični otroški namaz BGMJ, lipov čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	zelenjavna enolončnica z rjavim rižem, rdečo kvinojo in praženo ajdo, kruh BMJ, sladoled BGMJ
Malica	I. *blazinica, sir BGMJS, nektarina/sadna kaša II. *blazinica, sir BGMJS, nektarina
11. 9. 19	SREDA
Zajtrk	I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, domači skutin namaz liptaver, zelenjavni krožnik, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. goveji golaž, polenta, pesa v solati II. goveji golaž, polenta, sveže zelje v solati
Malica	I. kokosov jogurt, 1/2 banane II. kokosov jogurt, banana
12. 9. 19	ČETRTEK
Zajtrk	I. pšenični zdrob na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, sir BGMJS, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakovom
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. pečen lososov file, pražen krompir, paradižnik in kumare v solati II. pečen lososov file, pražen krompir, grška solata (sir BGMJS)
Malica	*100 % jabolčni sok, pecivo BMJ
13. 9. 19	PETEK
Zajtrk	I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, margarina BGMJ, med, rižev/ovseni/mandljev napitek
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	brokolijeva kremna juha, večzrnate testenine s kvinojo BGMJS, haše omaka z *govejim mesom, zelena solata
Malica	I. pecivo BMJ, jabolko/sadna kaša II. pecivo BMJ, 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 / BMJ – brez mleka in jajc

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

- zelena solata, sveže zelje, motovilec, rukola, mesečna redkvice, korenje, radič, paradižnik, kumare
- borovnice, maline, hruške, fige, jabolka, lubenica, grozdje, banane, ananas, melona, slive

\*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 IN JAJCA

### 16. september 2019 - 20. september 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

16. 9. 19	PONEDELJEK
Zajtrk	I. *pirin zdrob na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, namaz s praženimi bučnimi semeni, zelenjavni krožnik, sadni čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. puranji ragu, dušen kuskus II. puranji ragu, dušen kuskus, sveže zelje v solati
Malica	I. banana II. banana, grisini iz riža in koruze
17. 9. 19	TOREK
Zajtrk	I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. *blazinica z rozinami, margarina BGMJ, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
Malica	sadna kaša/ sadni krožnik
Kosilo	I. pečen file kapskega osliča, pire krompir (margarina BGMJS, riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje ali sojina kislá smetana), pesa v solati II. file kapskega osliča v koruzni srajčki, pire krompir (margarina BGMJS, riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje ali sojina kislá smetana), paradižnik in kumare v solati
Malica	I. *blazinica z makom 40 g, hruška/sadna kaša II. *blazinica z makom 40 g, hruška
18. 9. 19	SREDA
Zajtrk	I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, bio sončnični otroški namaz BGMJ, zelenjavni krožnik, otroški čaj
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	obara s telečjim mesom in zelenjavo, ajdovi žganci, kokosov čokoladni puding, kokosova smetana za stepanje
Malica	I. kruh/pecivo BMJ, sir BGMJS, jabolko/sadna kaša II. kruh/pecivo BMJ, sir BGMJS, jabolko
19. 9. 19	ČETRTEK – BREZMESNI DAN
Zajtrk	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, sojina kislá smetana, zelenjavni krožnik, zeliščni čaj (materina dušica)
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. bučna juha (muškatna buča), večzrnate testenine s kvinojo BGMJS v zelenjavni omaki, sir BGMJS, zelena solata II. bučna juha (muškatna buča), večzrnate testenine s kvinojo BGMJS v zelenjavni omaki, sir BGMJS, zelena solata z rukolo
Malica	kokosov sadni desert, kruh BMJ
20. 9. 19	PETEK
Zajtrk	domači čokolešnik (*bio pirin zdrob, ovseni kosmiči, nesladkan kakav v prahu, mleti lešniki) na riževem/ovsenem/mandljevem mleku
Malica	sadna kaša/sadni krožnik
Kosilo	I. sesekljan piščančji zrezek, zelenjavna rižota, prleške murke (sojina kislá smetana) II. pečene piščančje krače, zelenjavna rižota, prleške murke (sojina kislá smetana)
Malica	I. *blazinica s korenčkom 40 g, nektarina/sadna kaša II. *blazinica s korenčkom 40 g, 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 / BMJ – brez mleka in jajc

\*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 IN JAJCA

### 23. september 2019 - 27. september 2019

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

23. 9. 19	PONEDELJEK
<b>Zajtrk</b>	I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. *kruh z rozinami, margarina BGMJ, med, sadni čaj
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	I. bučna juha (hokaido buča), večzrnate testenine s kvinojo BGMJS s puranom, bučkami, češnjevim paradižnikom in baziliko, sir BGMJS, zelena solata II. bučna juha (hokaido buča), večzrnate testenine s kvinojo BGMJS s puranom, bučkami, češnjevim paradižnikom in baziliko, sir BGMJS, zelena solata z radičem
<b>Malica</b>	I. hruška/sadna kaša, *blazinica z makom 40 g II. hruška, *blazinica z makom 40 g
24. 9. 19	TOREK
<b>Zajtrk</b>	I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, tunin namaz, zelenjavni krožnik, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	I. goveja juha z zakuho BGMJS ( <i>ribana kaša BGMJS</i> ), kuhana govedina v naravni omaki, pire krompir ( <i>Vitaquelle margarina extra vital ali omega 3, riževa/mandljeva/ovsena krema za kuhanje ali sojina kislja smetana Soyana</i> ), zelena solata II. goveja juha z zakuho BGMJS ( <i>ribana kaša BGMJS</i> ), kuhana govedina v naravni omaki, pečen krompir, zelena solata
<b>Malica</b>	I. *blazinica z rozinami 40 g, jabolko/sadna kaša II. *blazinica z rozinami 40 g, jabolko
25. 9. 19	SREDA – BREZMESNI DAN
<b>Zajtrk</b>	I. pšenični zdrob na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, sir BGMJS, zelenjavni krožnik, planinski čaj
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	zelenjavna enolončnica s čičeriko, kruh BMJ, palačinke BGMJS z marmelado
<b>Malica</b>	I. pecivo BMJ, nektarina/sadna kaša II. pecivo BMJ, nektarina
26. 9. 19	ČETRTEK
<b>Zajtrk</b>	kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku, kakavov posip
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	I. perutninska juha z rezanci BGMJS, rižota s piščančjim mesom in zelenjavo II. perutninska juha z rezanci BGMJS, rižota s piščančjim mesom in zelenjavo, grška solata ( <i>sir BGMJS</i> )
<b>Malica</b>	kruh BMJ, sir BGMJS, češnjev paradižnik
27. 9. 19	PETEK
<b>Zajtrk</b>	I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku II. kruh BMJ, mesno zelenjavni namaz, bezgov čaj
<b>Malica</b>	sadna kaša/sadni krožnik
<b>Kosilo</b>	I. telečji paprikaš, kruhov cmok BGMJS, pesa v solati II. telečji paprikaš, kruhov cmok BGMJS, sveže zelje v solati
<b>Malica</b>	I. kokosov jogurt sadni, kruh BMJ II. kokosov jogurt, polnozrnat kakavovi kosmiči BGMJS

\*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 / BMJ – brez mleka in jajc

\*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.