



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

### 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<br>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<br>II. mesni polpeti v naravni omaki, dušen <b>*bulgur</b> , grška solata ( <i>sir BGMJS</i> )                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Malica</b> | I. pecivo BMJ<br>II. pecivo BMJ, jabolko                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 3. 9. 19      | TOREK – BREZMESNI DAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Zajtrk</b> | I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>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<br>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<br>II. <b>*blazinica z makom 40 g</b> , nektarina                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 4. 9. 19      | SREDA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Zajtrk</b> | I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>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<br>II. kokosov jogurt, grisini iz riža in koruze                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 5. 9. 19      | ČETRTEK                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Zajtrk</b> | prosenka 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<br>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<br>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<br>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 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

### 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<br>II. piščančji zrezek v omaki s češnjevimi paradižniki in sirom mozzarella BGMJS, dušen kuskus, zelena solata z motovilcem |
| Malica    | I. <b>*blazinica z makom 40 g</b> , hruška/sadna kaša<br>II. <b>*blazinica z makom 40 g</b> , hruška                                                                                                                                     |
| 10. 9. 19 | TOREK – BREZMESNI DAN                                                                                                                                                                                                                    |
| Zajtrk    | I. kvinojina kaša z jabolki in cimetom na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>II. kruh BMJ, jajčna jed, lipov čaj                                                                                                                        |
| Malica    | sadna kaša/sadni krožnik                                                                                                                                                                                                                 |
| Kosilo    | zelenjavna enolončnica z rjavim rižem, rdečo kvinojo in praženo ajdo, kruh BMJ, sladoled BGMJ                                                                                                                                            |
| Malica    | I. <b>*blazinica</b> , sir BGMJS, nektarina/sadna kaša<br>II. <b>*blazinica</b> , sir BGMJS, nektarina                                                                                                                                   |
| 11. 9. 19 | SREDA                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zajtrk    | I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>II. kruh BMJ, domači skutin namaz liptaver, zelenjavni krožnik, sadni čaj                                                                                                 |
| Malica    | sadna kaša/sadni krožnik                                                                                                                                                                                                                 |
| Kosilo    | I. goveji golaž, polenta, pesa v solati<br>II. goveji golaž, polenta, sveže zelje v solati                                                                                                                                               |
| Malica    | I. kokosov jogurt, 1/2 banane<br>II. kokosov jogurt, banana                                                                                                                                                                              |
| 12. 9. 19 | ČETRTEK                                                                                                                                                                                                                                  |
| Zajtrk    | I. pšenični zdrob na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>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<br>II. pečen lososov file, pražen krompir, grška solata (sir BGMJS)                                                                                                 |
| Malica    | <b>*100 % jabolčni sok</b> , pecivo BMJ                                                                                                                                                                                                  |
| 13. 9. 19 | PETEK                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zajtrk    | I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>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 <b>*govejim mesom</b> , zelena solata                                                                                                                         |
| Malica    | I. pecivo BMJ, jabolko/sadna kaša<br>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

### 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<br>II. kruh BMJ, namaz s praženimi bučnimi semeni, zelenjavni krožnik, sadni čaj                                                                                                                                                                                            |
| Malica    | sadna kaša/sadni krožnik                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Kosilo    | I. puranji ragu, dušen kuskus<br>II. puranji ragu, dušen kuskus, sveže zelje v solati                                                                                                                                                                                                                                           |
| Malica    | I. banana<br>II. banana, grisini iz riža in koruze                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 17. 9. 19 | TOREK                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zajtrk    | I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>II. *blazinica z rozinami, margarina BGMJ, rižev/ovseni/mandljev napitek s kakavom                                                                                                                                                                                       |
| Malica    | sadna kaša/<br>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<br>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<br>II. *blazinica z makom 40 g, hruška                                                                                                                                                                                                                                            |
| 18. 9. 19 | SREDA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zajtrk    | I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>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<br>II. kruh/pecivo BMJ, sir BGMJS, jabolko                                                                                                                                                                                                                                    |
| 19. 9. 19 | ČETRTEK – BREZMESNI DAN                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zajtrk    | I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>II. kruh BMJ, sojina kislá smetana, rezine trdo kuhanih jajc, zelenjavni krožnik, zeliščni čaj (materina dušica)                                                                                                                                                           |
| Malica    | sadna kaša/sadni krožnik                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Kosilo    | I. bučna juha (muškata buča), večzrnate testenine s kvinojo BGMJS v zelenjavni omaki, sir BGMJS, zelena solata<br>II. bučna juha (muškata 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 (*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)<br>II. pečene piščančje krače, zelenjavna rižota, prleške murke (sojina kislá smetana)                                                                                                                                                   |
| Malica    | I. *blazinica s korenčkom 40 g, nektarina/sadna kaša<br>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

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

I. jaslični oddelek 1-2 leti

II. jaslični oddelek 2-3 leta

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>23. 9. 19</b> | <b>PONEDELJEK</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Zajtrk</b>    | I. prosena kaša na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>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<br>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<br>II. hruška, *blazinica z makom 40 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>24. 9. 19</b> | <b>TOREK</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Zajtrk</b>    | I. rahli ovseni kosmiči na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>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<br>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<br>II. *blazinica z rozinami 40 g, jabolko                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>25. 9. 19</b> | <b>SREDA – BREZMESNI DAN</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Zajtrk</b>    | I. pšenični zdrob na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>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<br>II. pecivo BMJ, nektarina                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>26. 9. 19</b> | <b>ČETRTEK</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <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<br>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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>27. 9. 19</b> | <b>PETEK</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Zajtrk</b>    | I. mlečni riž na riževem/ovsenem/mandljevem mleku<br>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<br>II. telečji paprikaš, kruhov cmok BGMJS, sveže zelje v solati                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Malica</b>    | I. kokosov jogurt sadni, kruh BMJ<br>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.