DIETNI JEDILNIK OŠ PIRNIČE , 13. 11. do 17. 11. 2017

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Pop. malica** |
| PONEDELJEK |  |  | mleko brez laktoze |  | segedin golaž |  |  |  |
|  |  | sir brez laktoze  |  | brezglutenski njoki |  |  |  |
|  |  | orehi | 8 | brezlaktozni jogurt |  |  |  |
|  |  | paradižnik |  | sadje |  |  |  |
|  |  |  | sadje |  |  |  |  |  |
| TOREK |  |  | brezlaktozni jogurt s sadjem |  | brokolijeva kremna juha |  |  |  |
|  |  | brezglutenski kruh |  | mesne kroglice v paradižnikovi omaki |  |  |  |
|  |  | suho sadje |  | polenta |  |  |  |
|  |  | sveže sadje |  | solata |  |  |  |
|  |  |  |  | sadje |  |  |  |
| SREDA |  |  | mlečni riž brez laktoze |  | puranji ragu z zelenjavo |  |  |  |
|  |  | rižev vafelj |  | brezglutenske testenine |  |  |  |
|  |  | sadje |  | solata |  |  |  |
|  |  |  |  | sadje |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| ČETRTEK |  |  | čaj brez sladkorja |  | pasulj s suhim mesom |  |  |  |
|  |  | brezglutenski kruh |  | brezglutenski kruh |  |  |  |
|  |  | puranja prsa |  | brezglutenski desert |  |  |  |
|  |  | kisle kumarice |  | sadje |  |  |  |
|  |  | sadje |  |  |  |  |  |
| PETEK |  |  | čaj brez sladkorja |  | pečen file postrvi | 3 |  |  |
|  |  | brezglutenski kruh |  | pire krompir brez laktoze |  |  |  |
|  |  | marmelada |  | baby korenček |  |  |  |
|  |  | sadje |  | solata |  |  |  |
|  |  |  |  | sadje |  |  |  |

Jedilnik za posamezne specifične diete se oblikuje dodatno v skladu z zdravniškimi priporočili.

Alergeni - legenda:

1 - žita, ki vsebujejo pšenični gluten; 2 - raki; 3 - ribe; 4 - jajca; 5 - mleko; 6 - soja; 7 - arašidi (kikiriki); 8 - lupinasto sadje (oreščki); 9 - listna zelena;

10 - gorčično seme; 11 - sezamovo seme; 12 - žveplov dioksid in sulfiti v konc. > 10 mg/kg ; 13 - volčji bob; 14 – mehkužci