DIETNI JEDILNIK OŠ PIRNIČE , 18. 9. do 22. 9. 2017

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Zajtrk** | **Malica** | **Kosilo** | **Pop. malica** |
| PONEDELJEK |  |  | čaj brez sladkorja |  | mesne kroglice v paradiž.omaki |  |  |  |
|  |  | brezglutenski kruh |  | polenta |  |  |  |
|  |  | brezlaktozni sir |  | solata |  |  |  |
|  |  | skutka brez laktoze |  | sadje |  |  |  |
|  |  |  | sadje |  |  |  |  |  |
| TOREK |  |  | mleko brez laktoze |  | grahova kremna juha |  |  |  |
|  |  | brezglutenski kruh |  | puranji ragu z zelenjavo |  |  |  |
|  |  | margarina, med |  | brezglutenske testenine |  |  |  |
|  |  | sadje |  | solata |  |  |  |
|  |  |  |  | sadje |  |  |  |
| SREDA |  |  | čaj brez sladkorja |  | pasulj s suhim mesom |  |  |  |
|  |  | brezglutenski kruh |  | brezglutenski kruh |  |  |  |
|  |  | puranja prsa |  | brezglutensko pecivo |  |  |  |
|  |  | vložene kumarice |  | sadje |  |  |  |
|  |  | sadje |  |  |  |  |  |
| ČETRTEK |  |  | pica brez glutena in laktoze |  | piščančja nabodala |  |  |  |
|  |  | limonada brez sladkorja |  | nebrušen riž |  |  |  |
|  |  | sadje |  | pečena mediteranska zelenjava |  |  |  |
|  |  |  |  | solata |  |  |  |
|  |  |  |  | sadje |  |  |  |
| PETEK |  |  | brezlaktozni jogurt |  | pečen file postrvi | 3 |  |  |
|  |  | mesni burek brez glutena |  | pire krompir z brezlaktoznim mlekom |  |  |  |
|  |  | sadje |  | baby korenček |  |  |  |
|  |  |  |  | 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