

JEDILNIK ZA MESEC MAREC 2021

DIETA BREZ MLEKA

DAN	DATUM	MALICA	KOSILO
PON	1.3.	ajdov kruh z orehi 1, 8, sojin namaz brez mleka, ananas, čaj	korenčkova juha z zakuho 1, 3, zelenjavna pirota 1 (jed iz pire), mešana solata, voda
TOR	2.3.	mlečni riž iz ovsenega mleka 1, čokoladni posip, sadje	goveja juha z rezanci 1, 3, 9, pražen krompir, kremna špinača brez mleka 1, kuhana govedina, sadni sojin jogurt, voda
SRE	3.3.	štručka brez mleka 1, rižev jogurt 7 SHEMA SADJA	juha iz bučk brez mleka 1, mesno zelenjavna lazanja brez mleka 1, 3, mešana solata, voda
ČET	4.3.	ovseni kruh 1, kuhan pršut, kisle kumarice, čaj	grahova juha brez mleka 1, kuhan krompir, puranov file po dunajsko brez mleka 1, 3, rdeča pesa v solati, voda
PET	5.3.	roglič brez mleka 1, 3, rižev mleko 1	segedin z govejim mesom, polbeli kruh 1, domače pecivo brez mleka 1, 3, voda
PON	8.3.	polbeli kruh 1, med, namaz brez mleka čaj	goveja juha z rezanci 1, 3, 9, špageti po bolonjsko 1, 3, mešana solata s čičeriko, čaj
TOR	9.3.	sirov burek brez mleka 1, 3, rižev jogurt	pasulj brez mesa, carski praženec z nadomestkom brez mleka 1, 3, čežana, voda
SRE	10.3.	zelenjavna enolončnica 1, 3, mala žemljica 1, sadje SHEMA SADJA	minjon juha z zakuho brez mleka 1, 3, puranovi zrezki v omaki brez mleka 1, zelenjavna priloga, kus-kus 1, solata, čaj
ČET	11.3.	štručka brez mleka 1, hrenovke, kečup, čaj, sadje	paradižnikova juha z zakuho brez mleka 1, 3, pečen losos 1, krompir v kosih, blitva, mešana solata, čaj
PET	12.3.	ržen kruh 1, sirni namaz brez mleka, čaj	krompirjev golaž z ajdovo kašo 1, rižev narastek brez mleka 1, 3, kompot
PON	15.3.	ovseni kruh 1, ribe iz konzerve, koruza 1, čaj	špinačna juha brez mleka 1, rižota s piščančjim mesom 1, solata, sadna solata, voda
TOR	16.3.	prosena kaša na ovsenem mleku 1, sadje	cvetačna juha 1, testenine brez mleka s paradižnikovo omako in graham 1, 3, mešana solata, kompot
SRE	17.3.	polbeli kruh 1, piščančja pašteta, kisl paprika, čaj SHEMA SADJA	kokošja juha s fritati brez mleka 1, 3, 9, kisl repa, kuhan krompir, pečenica, voda
ČET	18.3.	štručka brez mleka 1, marmelada, margarina brez mleka, čaj, sadje	paradižnikova juha 1, 3, mesni sir, široki rezanci 1, 3, zelenjavna priloga, mešana solata, voda
PET	19.3.	kruh s semeni 1, čokoladni namaz brez mleka 1, 8, rižev mleko	goveji golaž 1, polenta iz sojinega mleka 1, mešana solata, voda, sadje
PON	22.3.	polbeli kruh 1, sojin namaz brez mleka, čaj,	prežganka 1, 3, goveji zrezki v omaki brez mleka 1, kruhov cmok brez mleka 1, 3, mešana solata, voda
TOR	23.3.	polnozrnata štručka 1, sadni sojin jogurt, sadje	brokolijska juha brez mleka 1, čufti v omaki, njoki brez mleka 1, 3, mešana solata, voda
SRE	24.3.	črna žemljica 1, sirni namaz brez mleka, sveža paprika, čaj SHEMA SADJA	goveja juha z zakuho brez mleka 1, 3, 9, pečen file postrevi, krompir v kosih, kuhana zelenjava solata, čaj
ČET	25.3.	zelenjavna enolončnica brez mleka z ješprenom 1, 3, polbeli kruh 1	gobova juha 1, pečen piščanec, kus-kus z zelenjavo 1, solata, voda
PET	26.3.	pirin mlečni zdrob iz ovsenega mleka 1, mleti lešniki s čokoladnim posipom, sadje	fižolova enolončnica z zakuho brez mleka 1, 3, ajdovi štruklji z orehi brez mleka 1, 8, voda
PON	29.3.	pisan kruh 1, sojin namaz brez mleka, list solate, čaj	kremna juha brez mleka 1, krompirjevi njoki brez mleka 1, 3, govedina v omaki brez mleka 1,3, mešana solata, voda
TOR	30.3.	koruzni kosmiči 1, rižev mleko, sadje	korenčkova juha z zakuho brez mleka 1, pečen oslič, krompir z blitvo, solata, čaj
SRE	31.3.	koruzna bombeta s semeni brez mleka 1, 11, sadni jogurt iz riževga mleka SHEMA SADJA	grahova juha z rižem brez mleka 1, pica brez mleka s piščančjo šunko 1, mešana solata, voda

Zaradi narave dela lahko včasih pride do spremembe jedilnika. Hvala za razumevanje in dober tek.

JEDILNIK ZA MESEC MAREC 2021

DIETA BREZ MLEKA

DAN	DATUM	POPOLDANSKA MALICA
PON	1.3.	kajzerica 1, rižev jogurt
TOR	2.3.	polbeli kruh 1, sadje
SRE	3.3.	temna štručka s sezamom brez mleka 1, 11, sadje
ČET	4.3.	žemljica 1, sadje
PET	5.3.	polbeli kruh 1, sojin jogurt
PON	8.3.	polbeli kruh 1, sojino mleko
TOR	9.3.	roglič s semeni brez mleka 1, 3, sadje
SRE	10.3.	temna žemljica 1, sadje
ČET	11.3.	krekerji 1, sadje
PET	12.3.	pecivo brez mleka 1, 3
PON	15.3.	koruzna bombeta 1, sadje
TOR	16.3.	polbeli kruh 1, sirni namaz brez mleka
SRE	17.3.	grisini 1, sadje
ČET	18.3.	polbeli kruh 1, sadni rižev jogurt
PET	19.3.	črna žemljica 1, sok
PON	22.3.	presta brez mleka 1, sadje
TOR	23.3.	ovseni kruh 1, sojin jogurt
SRE	24.3.	kruh s semeni 1, sadje
ČET	25.3.	polnozrnata štručka 1, sadje
PET	26.3.	ploščica brez mleka 1, 8, sadje
PON	29.3.	tunina pašteta, črni kruh 1
TOR	30.3.	prepečenec 1, sadje
SRE	31.3.	žemljica 1, sok

Zaradi narave dela lahko včasih pride do spremembe jedilnika. Hvala za razumevanje in dober tek.