



Vrtec Semedela
Nova ulica 2B, 6000 Koper

JEDILNIK - TEDEN ZELENJAVE

za čas od 12. do 16. maja 2025

Ves čas bivanja v vrtcu sta otrokom na voljo voda in nesladkan čaj. Kruh na jedilniku je manj slan, za soljenje jedi pa uporabljamo tradicionalno sol Piranskih solin.

PONEDELJEK	Zajtrk	Sirno-zelenjavno nabodalo (krožnik) - češnjev paradižnik, ekološke kumare , sir edamec in mocarela (7), pol bel kruh (1a), bela kava (1c, 7)
		Sadje: jabolko, orehi (10)
	Kosilo	Junčji zrezek v naravni omaki (1a, 13), tri barvni peresniki (1a, 7), parmezan (7), ekološka zelena solata
	Pop. malica	Sadni jogurt (7), pol bel kruh (1a)
TOREK	Zajtrk	Pečen pršut, kruh s semeni (1a, 1c, 1d, 1e), planinski čaj z medom in limono
		Sadje: Sadno-zelenjavni krožnik (hruška, avokado, zelena solata , limona)
	Kosilo	Mineštra iz različnih stročnic (rjav, bel in rdeč fižol, zelena leča in grah) (1a, 12), polžki z ekološko mlado blitvo in skuto (1a, 3, 7), kruh s semeni (1a, 1c, 1d, 1e)
	Pop. Malica	Ekološka banana
SREDA	Zajtrk	Sirni namaz (7), zelenjavne palčke (korenje, ekološka nadzemna koleraba), ajdov kruh (1a), šipkov čaj z medom in limono
		Sadje: hruška, rozine (15)
	Kosilo	Puranji file (1a), riž, grah v prikuhi (1a), manj sladka limonada
	Pop. malica	Jabolko, ajdov kruh (1a)
ČETRTEK	Zajtrk	Koruzni kosmiči, ekološki navadni jogurt (7), jagode
		Sadje: banana, jabolko
	Kosilo	File novozelandskega repaka po dunajsko (1a, 3, 4), pire krompir z ekološkim mlekom (7), solata iz solatnega bifeja (ekološka zelena solata , naribano korenje, koruza, fižoleti)
	Pop. Malica	Sezam žemlja (1a, 14)
PETEK	Zajtrk	Zeliščno maslo (drobnjak, bazilika) (7), črn kruh (1a, 1c, 1e), kakav z ekološkim mlekom (7)
		Sadje: jabolko, češnje
	Kosilo	Zelenjavna kremna juha (12), pizza margerita z dodatkom po izbiri (oljke, koruza, rdeča paprika) (1a, 7)
	Pop. Malica	Jagode, črn kruh (1a, 1c, 1e)

DOBER TEK!

Koper, 9. 5. 2025

Mateja Kocjančič, organizatorka prehrane

Legenda:	zelena – ekološka pridelava iz lokalnega okolja	modra – ekološka pridelava	rjava – jedi iz lokalnega okolja
----------	--	-----------------------------------	---

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico do spremembe jedilnika.

Legenda (alergeni po Uredbi ES 1169/2011): 1a - gluten pšenični, 1b - gluten pirin, 1c - gluten ječmenov, 1d - gluten ovsen, 1e - gluten ržen, 1f - gluten kamutov, 2 - raki, 3 - jajca, 4 - ribe, 5 - arašidi, 6 - soja, 7 - mleko in mlečni proizvodi, 8 - mandlji, 9 - lešniki, 10 - orehi, 11 - drugi oreščki, 12 - listna zelena, 13 - gorčično seme, 14 - sezamovo seme, 15 - žveplov dioksid in sulfiti, 16 - volčji bob, 17 - mehkužci