

# JEDILNIK KOSILA



Gimnazija Jurija Vege Idrija

05.09. - 09.09.2016



## PONEDELJEK

### MENI 1

GOVEJA JUHA (G,J,Z)

JEŠPRENJ(G)

BUREK (G,J,L)

### MENI 2

ZELENJAVNA JUHA(L,Z)

ZELENJAVNA JUHA S PROSENO KAŠO (G,Z,J)

BUREK (G,J,L)

### VITALITY

GOVEJA JUHA (G,J,Z)

MAKARONOVA SOLATA S ŠUNKO IN SIROM (G,J, L, SO2)

ZELENA SOLATA

## SREDA

### MENI 1

DNEVNA JUHA(G,J,L)

PEČEN PIŠČANEC

RIZI - BIZISOLATA

### MENI 2

DNEVNA JUHA(G,J,L)

NJOKI (G,J,L), ZELENJAVNA OMAKA (G,Z)

SOLATA

### VITALITY

DNEVNA JUHA(G,J,L), ZELJE Z RUKOLO

PIŠČANČJA TORTILJA (G,J,L)

JOGURT ALI SADJE

## PETEK

### MENI 1

KREMNA JUHA (G,L)

SESEKLJANA PEČENKA (G,J,L)

PRAŽEN KROMPIR, SOLATA

### MENI 2

KREMNA JUHA (G,L)

SOJIN POLPET (G,J,L,S)

PRAŽEN KROMPIR, SOLATA

### VITALITY

KREMNA JUHA (G,L)

ZELENA SOLATA

JEŠPRENOVA KAŠA S SIROM (G,L)

## TOREK

### MENI 1

DNEVNA JUHA(G,J,Z)

OCVRT OSLIČ (R1,G,J,L)

MAJONEZNI KROMPIR (GS,J), SADJE

### MENI 2

DNEVNA JUHA(G,J,Z)

ŠPINAČNI TORTELINI (G,J)

OMAKA PUTTANESCA(G,L), SADJE

### VITALITY

DNEVNA JUHA(G,J,Z), RADIČ

MORSKI SADEŽI S PAPRIKO IN PARADIŽNIKOM (M,R2,L)

JOGURT ALI SADJE

## ČETRTEK

### MENI 1

DNEVNA JUHA(G,J,L)

SVINJSKI ZREZEK, ŠIROKI REZANCI (G,J)

SOLATA

### MENI 2

DNEVNA JUHA(G,J,L)

CVETAČNA MUSAKA (G,J,L)

PARADIŽNIKOVA OMAKA, SOLATA

### VITALITY

DNEVNA JUHA(G,J,L)

PARADIŽNIK IN PAPRIKA, OCVRT OSLIČ (G,J,L,R1)

JOGURT ALI SADJE

*Zlato pravilo prehranjevanja*

*Ritem*

*Koliko obrokov zaužijete na dan?  
Priporočamo 4 do 5 obrokov dnevno.*

# Dober tek

#### LEGENDA:

**ALERGENI** - oznake ob jedeh, ki vsebujejo alergene. Menijske solate začinjene z vinskim kisom vsebujejo SO2. Kruh vsebuje gluten.

**VITALITY** - varovalni meni. **EKO jedi** - jedi iz ekološko pridelanih živil. **ANIMACIJA** - posebni meniji domače in tuje kuhinje.

**OPOMBA:** V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.