

## DIETNI JEDILNIK PREHRANE ZA VRTEC SEPTEMBER 2025

|                        | DOPOLDANSKA<br>MALICA                                                                      | KOSILO                                                                                                                | POPOLDANSKA<br>MALICA                                         |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| pon,<br>1. 9.<br>2025  | makovka, mleko brez laktoze,<br>jabolko                                                    | pasulj, dietni sladoled                                                                                               | dietni grisinii,<br>zelenjavni krožnik                        |
| tor,<br>2. 9.<br>2025  | dietni kruh, rezine piščančjih<br>prsi, rezine svežih kumar,<br>otroški čaj                | dietna brokolijeva juha, pleskavica,<br>džuvec riž, mešana solata                                                     | rezine melone in<br>lubenice                                  |
| sre,<br>3. 9.<br>2025  | dietni kruh, maslo brez laktoze,<br>marmelada Skok, metin čaj                              | dietna mesno zelenjavna pečenka iz<br>perutninskega mesa, pražen krompir,<br>zelena solata                            | naravni jogurt brez<br>laktoze, nektarine                     |
| čet,<br>4. 9.<br>2025  | mečna prosena kaša iz mleka<br>brez laktoze, dietni kakav, slive                           | goveje meso v omaki z zelenjavo,<br>dietni njoki, zeljna solata                                                       | dietni kruh, naravna<br>limonada                              |
| pet,<br>5. 9.<br>2025  | dietni kruh, dietni tunin namaz,<br>rezine paprike, šipkov čaj                             | dietne testenine, paradižnikova<br>omaka, zelena solata                                                               | banana                                                        |
| pon,<br>8. 9.<br>2025  | dietni kruh, sir brez laktoze,<br>paradižnik z oljčnim oljem in<br>baziliko, planinski čaj | puranje meso v dietni omaki, dietni<br>njoki, brokoli, zelena solata                                                  | sadni krožnik                                                 |
| tor,<br>9. 9.<br>2025  | dietni kruh, hrenovka, gorčica,<br>kisle kumarice, čaj šipek<br>hibiskus                   | boranja, dietni sadni cmoki, domači<br>mešani kompot                                                                  | dietni krekerji,<br>dietni čičerikin<br>namaz                 |
| sre,<br>10. 9.<br>2025 | mlečni riž iz mleka brez<br>laktoze, cimetov posip, jabolko<br>SKok                        | korenčkova juha, ribji file, krompir in<br>zelenjava z maslom brez laktoze,<br>zelena solata                          | dietni kruh, medeni<br>napitek                                |
| čet,<br>11. 9.<br>2025 | dietni kruh, dietni namaz z<br>bučnim oljem in semeni FKBV,<br>rezine paprike, šipkov čaj  | svinjina v naravni omaki, dietne<br>testenine, zeljna solata                                                          | dietni čokoladni<br>puding iz mleka brez<br>laktoze           |
| pet,<br>12. 9.<br>2025 | dietni kosmiči, naravni jogurt<br>brez laktoze Hecl, nektarine                             | dietna špinača, dietni pire krompir,<br>kuhano jajce/pečen zrezek                                                     | dietni kruh,<br>zelenjavni krožnik                            |
| pon,<br>15. 9.<br>2025 | dietni kruh, šunka, rezine<br>svežih kumar, otroški čaj                                    | zelenjavna juha, dietne palačinke, 100<br>% sok                                                                       | rezine melone in<br>lubenice                                  |
| tor,<br>16. 9.<br>2025 | dietni rogljiček, bela žitna kava<br>iz mleka brez laktoze, hruška                         | piščančji zrezki, rizibizi, zelena solata                                                                             | dietni prepečenec,<br>maslo brez laktoze,<br>korenček         |
| sre,<br>17. 9.<br>2025 | dietni kruh, dietni lososov<br>namaz, rezine paprike, šipkov<br>čaj                        | pečena svinjska ribica, pečenkina<br>omaka, dietne testenine, zeljna solata                                           | sadna skuta brez<br>laktoze                                   |
| čet,<br>18. 9.<br>2025 | mlečni koruzni močnik iz mleka<br>brez laktoze, dietni kakav,<br>grozdje Skok              | dietna cvetačna juha, dietno<br>makaronovo meso iz perutninskega<br>mesa, mešana solata                               | dietni kruh, naravna<br>limonada                              |
| pet,<br>19. 9.<br>2025 | dietni kruh, rezine sira brez<br>laktoze, rezine paradižnika,<br>metin čaj                 | dietne mesne kroglice v paradižnikovi<br>omaki, dietni pire krompir, zelena<br>solata                                 | banana                                                        |
| pon,<br>22. 9.<br>2025 | dietni kruh, maslo brez laktoze,<br>med Točaj, planinski čaj                               | goveji golaž, polenta, zelena solata                                                                                  | dietni keksi, mleko<br>brez laktoze                           |
| tor,<br>23. 9.<br>2025 | dietni kosmiči, mleko brez<br>laktoze, banana                                              | pečen piščanec, ajdova kaša z<br>zelenjavo, paradižnikova solata                                                      | dietni kruh, medeni<br>napitek                                |
| sre,<br>24. 9.<br>2025 | dietni kruh, puranja šunka, list<br>solate, čaj šipek hibiskus                             | zelenjavna obara, dietno pecivo, 100<br>% sok                                                                         | sadni krožnik                                                 |
| čet,<br>25. 9.<br>2025 | mlečni zdob iz mleka brez<br>laktoze, dietni kakav, slive                                  | haše omaka iz mletega perutninskega<br>mesa z graham, korenčkom in koruzo,<br>dietni njoki, zelena solata             | dietna bombetka,<br>zelenjavni krožnik                        |
| pet,<br>26. 9.<br>2025 | dietni kruh, mesni namaz, por,<br>bezgov čaj                                               | dietna kolerabna juha, dietni ribji<br>polpeti, jogurtova omaka z zelišči brez<br>laktoze, pražen krompir, rdeča pesa | sadna solata                                                  |
| pon,<br>29. 9.<br>2025 | dietni kruh, naravna skuta<br>Muki brez laktoze, korenček,<br>otroški čaj                  | dietni špageti po bolonjsko, riban sir<br>brez laktoze, zelena solata                                                 | rezine melone in<br>lubenice                                  |
| tor,<br>30. 9.<br>2025 | dietno pecivo, naravni jogurt<br>Hecl brez laktoze, hruška                                 | puranji paprikaš, tri žita, zeljna solata                                                                             | dietni kruh,<br>zelenjavni krožnik                            |
| sre,<br>1. 10.<br>2025 | dietni kruh, kuhan pršut, rezine<br>paradižnika, lipov čaj                                 | goveja juha z dietno zakuho, kuhana<br>govedina, dušeno sladko zelje, slan<br>krompir s peteršiljem                   | sadni jogurt brez<br>laktoze                                  |
| čet,<br>2. 10.<br>2025 | dietna štručka, kakav iz mleka<br>brez laktoze, grozdje Skok                               | bograč, dietni zavitek, 100 % sok                                                                                     | dietni prepečenec,<br>dietni mlečni<br>namaz, rezine<br>kumar |
| pet,<br>3. 10.<br>2025 | dietni kruh, dietni skušin<br>namaz, rezine paprike, šipkov<br>čaj                         | zelenjavna rižota, riban sir brez<br>laktoze, zelena solata                                                           | banana                                                        |