

JEDILNIK 1.12. – 7.12.2025

OPOMBA: bel kruh se pri dietah nadomesti s temnim ali polnozrnatim kruhom

LEGENDA: Ž&Ž pomeni želodčna in žolčna dieta, z * so označeni obroki pri zajtrku, s katerim se nadomesti klasično jed

	ZAJTRK	KOSILO	POP. MALICA (SLADKORNI)	VEČERJA
1.12. PON	NAVADNA: sir ⁷ , kruh ^{1a,b} , paradižnik, kivi SLADKORNA: ENAKO Ž&Ž: ENAKO VEGI: ENAKO	NAVADNA: cvetačna juha, svinjski zrezek v čebulni omaki ^{1a} , krompirjevi njoki ^{1a,3,6,7,11} , zelena solata, pijača SLADKORNA: cvetačna juha, goveji zrezek v čebulni omaki ^{1a} , ajdovi njoki ^{1ab,3,6,7,11} , zelena solata, pijača Ž&Ž: cvetačna juha, goveji zrezek v zelenjavni omaki ^{1a} , ajdovi njoki ^{1ab,3,6,7,11} , dušen brokoli, pijača VEGI: cvetačna juha, ajdovi njoki ^{1ab,3,6,7,11} s čebulno omako ^{1a} , zelena solata, pijača	Bio kefir ⁷	NAVADNA: pica ^{1a,7} , sok SLADKORNA: zelenjavna pica ^{1a,7} , sok Ž&Ž: zelenjavna pica ^{1a,7} , sok PASIRANI: mlečni riž ⁷ MLEČNA: mlečni riž ⁷ VEGI: zelenjavna pica ^{1a,7} , sok
2.12. TOR	NAVADNA: Maslo ⁷ , med, kruh ^{1a,b} , kaki SLADKORNA: ENAKO Ž&Ž: ENAKO VEGI: ENAKO	NAVADNA: prežganka ³ , makaronovo meso z navadnimi testeninami ^{1a,3} , zelena solata, pijača SLADKORNA: prežganka ³ , makaronovo meso s temnimi testeninami ^{1a,3} , zelena solata, pijača ŽOLČNA: goveja juha z beljakom ³ , makaronovo meso s temnimi testeninami ^{1a,3} , pesa v solati, pijača VEGI: prežganka ³ , testenine, paradižnikova omaka, zelena solata, pijača	Sadje, kruh ^{1a,b}	NAVADNA: boranja ^{1a} SLADKORNA: boranja ^{1a} Ž&Ž: boranja ^{1a} PASIRANI: boranja ^{1a} MLEČNA: ribana kaša s smetano ^{1a,3,7} VEGI: brezmesna boranja ^{1a}
3.12. SRE	NAVADNA: topljeni sir ⁷ , kruh ^{1ab} , jabolko SLADKORNA: ENAKO Ž&Ž: ENAKO VEGI: ENAKO	NAVADNA: zelenjavna juha ⁹ , piščančji sote z gobami ^{1a,7} , zdrobovi ocvrtki ^{1,3} , radič s fižolom, sok SLADKORNA: zelenjavna juha ⁹ , piščančji sote z gobami ^{1a,7} , ajdova kaša, radič s fižolom, sok Ž&Ž: zelenjavna juha ⁹ , piščančji sote ^{1a,7} , ajdova kaša, rdeča pesa v solati, sok VEGI: zelenjavna juha ⁹ , smetanova omaka, ajdovi štruklji ^{3,7} radič s fižolom, sok	Grški jogurt ⁷	NAVADNA: tlačenka v solati s kuhanim jajcem ³ , kruh ^{1a} SLADKORNA: govedina v solati s kuhanim jajcem ³ , kruh ^{1ab} Ž&Ž: govedina v solati s kuhanim jajcem ³ , kruh ^{1ab} PASIRANI: polenta na mleku ⁷ MLEČNA: polenta na mleku ⁷ VEGI: solata s sirom in jajcem ³
4.12. ČET	NAVADNA: posebna piščančja salama, kruh ^{1a,b} , hruška SLADKORNA: ENAKO Ž&Ž: ENAKO VEGI: ENAKO	NAVADNA: porova kremna juha ⁷ , čufti v paradižnikovi omaki ³ , pire krompir ⁷ , zelena solata, pijača SLADKORNA: porova juha ⁷ , čufti v bučni omaki ^{3,7} , kuhan krompir v kosih, zelena solata, pijača	Sadna skuta ⁷	NAVADNA: ocvirkova potica ^{1a,3,7} SLADKORNA: pehtranova potica ^{1a,3,7} Ž&Ž: pehtranova potica ^{1a,3,7} PASIRANI: prosena kaša na mleku ⁷

JEDILNIK 1.12. – 7.12.2025

	SLADKORNA: ENAKO Ž&Ž: puranja prsa* VEGI: maslo ⁷ , med	Ž&Ž: porova juha ⁷ , čufti v bučni omaki ^{3,7} , kuhan krompir v kosih, dušena zelenjava, pijača VEGI: porova juha ⁷ , pire krompir ⁷ , bučna omaka ^{3,7} , sojin polpet, zelena solata, pijača		MLEČNA: prosena kaša na mleku ⁷ VEGI: pehtranova potica ^{1a, 3, 7}
5.12. 	NAVADNA: sirni namaz ⁷ , paprika, kruh ^{1a,b} , pomaranča SLADKORNA: ENAKO Ž&Ž: ENAKO VEGI: ENAKO	NAVADNA: pasulj s klobaso ^{1a,9} , gratinirane palačinke s skuto ^{1a, 3, 7} , kompot SLADKORNA: pasulj s klobaso ^{1a,9} , ajdove palačinke z dietno marmelado ^{1ab, 3} , kompot Ž&Ž: kremna zelenjavna juha s hrenovko ^{1a} , ajdove palačinke z dietno marmelado ^{1ab, 3} , kompot VEGI: kremna zelenjavna juha z zakuho, ajdove palačinke z dietno marmelado ^{1ab, 3} , kompot	Probiotični navadni jogurt ⁷ , kruh ^{1a}	NAVADNA: pire krompir ⁷ , čežana SLADKORNA: kuhan krompir v kosih, čežana Ž&Ž: kuhan krompir v kosih, čežana PASIRANI: mlečni močnik ⁷ MLEČNA: mlečni močnik ⁷ VEGI: pire krompir ⁷ , čežana
6.12. 	NAVADNA: Maslo ⁷ , marmelada, kruh ^{1a,b} , jabolko SLADKORNA: Diabetična marmelada* Ž&Ž: ENAKO VEGI: ENAKO	NAVADNA: zelenjavna juha, ciganski golaž z govejim mesom, polenta, zeljna solata s fižolom, čokoladni navihanček ^{1a,3,7,8b, 12} , pijača SLADKORNA: zelenjavna juha, ciganski golaž s telečjim mesom, polenta, zeljna solata s fižolom, temna borovničeva palčka ^{1ab, 3,7,8} , pijača Ž&Ž: zelenjavna juha, ciganski golaž s telečjim mesom, polenta, dušena zelenjava, temna borovničeva palčka ^{1ab, 3,7} , pijača VEGI: zelenjavna juha, krompirjev golaž, polenta, zeljna solata s fižolom, temna borovničeva palčka ^{1ab, 3,7,8} , pijača	Probiotični sadni jogurt ⁷ , kruh ^{1a}	NAVADNA: pleskavica, stročji fižol v solati SLADKORNA: goveja pleskavica, stročji fižol v solati Ž&Ž: goveja pleskavica, stročji fižol v solati PASIRANI: stročji fižol s krompirjem MLEČNA: mlečni gres ^{1a, 7} VEGI: stročji fižol s krompirjem, pečeno jajce na oko ³
7.12. 	NAVADNA: pašteta, paradižnik, kruh ^{1a, 1b} , mandarina SLADKORNA: ENAKO Ž&Ž: sirni namaz* ⁷ VEGI: sirni namaz* ⁷	NAVADNA: goveja juha s fritati ^{1a, 3, 9} , svinjska pečenka, pražen krompir, zelena solata s fižolom, torta ^{1a, 3, 7} , pijača SLADKORNA: goveja juha s korenjem ⁹ , puranja pečenka, pražen krompir, zelena solata s fižolom, ajdova palačinka z dietno marmelado ^{1a, 3, 7} , pijača Ž&Ž: goveja juha s korenjem ⁹ , puranja pečenka, kuhan krompir, kuhana solata, ajdova palačinka z dietno marmelado ^{1a, 3, 7} , pijača VEGI: korenčkova juha, pražen krompir, zelenjavni polpet, zelena solata s fižolom, torta ^{1a, 3, 7} , pijača	Bio sadni kefir ⁷	NAVADNA: mlečni močnik s čokoladnim posipom ^{1a,3,7,8ab} SLADKORNA: mlečni močnik iz pirine moke s cimetom ^{1ab,3,7} Ž&Ž: mlečni močnik iz pirine moke s cimetom ^{1ab,3,7} PASIRANI: mlečni močnik s čokoladnim posipom ^{1a,3,7,8ab} NEMLEČNA: jabolčna čežana s cimetom, kuhan krompir VEGI: mlečni močnik s čokoladnim posipom ^{1a,3,7,8ab}

DOBER TEK!

PRIDRUŽUJEMO SI PRAVICO DO SPREMEMBE JEDILNIKA.

Jedilnik pripravila: Monika Snedic, vodja prehrane

JEDILNIK 1.12. – 7.12.2025

Pojasnilo glede alergenov:

Številka, ki je v jedilniku zapisana poleg jedi, pomeni prisotnost alergena, kot osnovne sestavine v jedi (Uredba EU št. 1169/2011).

Legenda:

1. Žita, ki vsebujejo gluten

1a pšenica

1b rž

1c ječmen

1d oves

1e pira

1f kamut

2. Raki in izdelki iz njih

3. Jajca in izdelki iz njih

4. Ribe in izdelki iz njih

5. Arašidi (kikiriki) in izdelki iz njih

6. Zrnje soje in izdelki iz nje

7. Mleko in mlečni izdelki

8. Oreški

8a mandlji

8b lešnik

8c orehi

8d indijski oreščki

8e ameriški orehi

8f brazilski oreščki

8g pistacija, makadamija, orehi Queensland

9. Zelena in izdelki iz nje

10. Gorčično seme in izdelki iz njega

11. Sezamovo seme

12. Žveplov dioksid in sulfiti v koncentraciji več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l

13. Volčji bob

14. Mehkužci