

MAJ



Mleko vsebuje 9 pomembnih hranil, ki so bistvena za človekovo zdravje. Poleg vsem znanega kalcija, ki je koristen za zobe in kosti, saj pomaga ohranjati kostno maso, so tukaj še beljakovine. Mleko je namreč bogat vir beljakovin, ki pomagajo ustvarjati in obnavljati mišično tkivo. Mleko vsebuje tudi kalij, ki pomaga ohranjati zdravo raven krvnega tlaka. V njem sta tudi fosfor in vitamin D, ki sta oba koristna za človekove kosti.

	zajtrk	dop. malica	kosilo	pop. malica
Pon. 12.5.	marelična marmelada, kislá smetana, eko vaški kruh, kakav* (1,7)	jabolko*	goveja juha, kuhana govedina, kremna špinača, pire krompir (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Tor. 13.5.	eko mlečna prosena kaša s posipom (7)	mandarina	cvetačina juha, pečen piščanec, mlinci, kristalka (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Sre. 14.5.	ribji namaz, ovseni kruh, domač melisin čaj z medom* (1,4,7)	banana	enolončnica z rdečo lečo, kruh, rižev narastek z jagodnim prelivom (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Čet. 15.5.	liptavski namaz, pirin kruh, šipkov čaj (1,7)	kivi	špargljeva juha, svinjski zrezek po dunajsko, pražen krompir, sveže zelje s fižolom v solati (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)
Pet. 16.5.	jabolčni žepek, kakav (1,3,7)	jabolko*	bučkina juha, lazanja, rdeča pesa s koruzo (1,3,7,9)	sadni krožnik, kruh (1)

V primeru nepredvidenih dogodkov in objektivnih razlogov si pridržujemo pravico do spremembe jedilnika.

LEGENDA: snovi ali proizvodi, ki povzročajo alergijo ali preobčutljivost in jih obrok lahko vsebuje: 1. Žita, ki vsebujejo gluten, 2. Raki in proizvodi iz rakov, 3. Jajca in proizvodi iz jajc, 4. Ribe in proizvodi iz rib, 5. Arašid (kikiriki) in proizvodi iz arašidov, 6. Zrnje soje in proizvodi iz soje, 7. Mleko in mlečni izdelki (vsebujejo laktozo), 8. Oreški, 9. Listna zelena in proizvodi iz nje, 10. Gorčično seme ali proizvodi iz njega, 11. Sezamovo seme ali proizvodi iz njega, 12. Žveplov dioksid ali sulfiti v koncentraciji (več kot 10 mg/kg ali 10 mg/l glede na skupni SO₂), 13. Volčji bob in proizvodi iz njega, 14. Mehkužci in proizvodi iz njih.

*živila so lokalnega porekla