



Od 02.03.2020 do 06.03.2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA/DOP. in POP.	KOSILO
PONEDELJEK 02.03.2020	Trdi sir (mešano: mladi, zorjeni) Rukula Naribano korenje Žemlja iz tatarske ajde Čaj	Sadni jogurt (neh. mleko) Sadje	Piščančje meso v grahovi omaki Zelenjavna prata Zelena solata
TOREK 03.03.2020	Kisla smetana Namaz iz suhega sadja Zmesni kruh Bela kava	Bio riževi vafli Sadje	Goveja juha z ribano kašo Kuhana govedina Domača hrenova omaka Pražen krompir Radič s koruzo
SREDA 04.03.2020	Skuše Sveža zelena, rdeča paprika Pisani kruh Čaj	Pira z banana in jogurtom (neh. mleko) Sadje	Fižolovka s testeninami (brez mesa) Palačinke z marmelado Kuhan jabolčni kompot Črni kruh
ČETRTEK 05.03.2020	Mlečni močnik na neh. mleku Mandljev posip	Pletena štručka (temna moka) Sadje	Koromačeva juha s krompirjem Pečeni telečji zrezki Dušen zelenjeni riž (rjavi) Bio rdeča pesa
PETEK 06.03.2020	Bio hrenovke Gorčica Ržena štručka Čaj	Probiotični jogurt, koruzni kosmiči Sadje	Čufti v paradižnikovi omaki Zelenjavni pire (brokoli) Sveže zelje v solati s krompirjem

1. NA JEDILNIK VSAKODNEVNO UVRŠČAMO SADJE, KATEREGA IMAJO OTROCI NA RAZPOLAGO SKOZI VES DAN.
2. ZA POTEŠITEV ŽEJE IMAJO SKOZI VES DAN NA RAZPOLAGO VODO.
3. V STAROSTNI SKUPINI 1-2 JE PREHRANA PRILAGOJENA OTROKOVIM PREHRENJEVALNIM IN RAZVOJNIM ZNAČILNOSTIM. NOVINČKI TE STAROSTNE SKUPINE V PRVIH MESECIH OBISKOVANJA VRTCA DOBIJO NAMESTO PRESNIH SOLAT KUHANE TER NAMESTO SADJA SADNE KAŠICE.

Spoštovani starši!

Čas obrokov je del vzgojnega procesa v vrtcu, zato se ga izvaja po načelih kurikula.

Ko se igralnica ob obrokih spremeni v jedilnico, poskrbimo za okolje, ki spodbuja pozitiven odnos do prehranjevanja: oblikuje se prijetno in umirjeno vzdušje, uredijo se mizice, otroci jedo počasi, sede, pravilno uporabljajo pribor in hrano dobro prežvečijo ter ob tem uporabljajo vljudnostne besede.

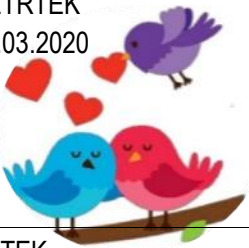
Pomembno je, da mora hranjene potekati na tak način, da je poskrbljeno tudi za varnost otrok in sicer tako, da otroci, ko jedo, sedijo za mizo in se ne sprehajajo po igralnici (nevarnost zadušitve).

Zaradi vsega zgoraj povedanega, želimo, da otroci obroke (tudi popoldansko malico) pojedjo v umirjenem okolju, sede. Nikakor ni dopustno, da malico puščamo v prostorih in na krajih, ki niso namenjeni shranjevanju hrane. Prav tako ne dovolimo odnašanja hrane iz igralnice.

Zato vas, starši, prosimo, ko pridete po otroka, da ga počakate v garderobi ali na hodniku, da le-ta lahko kulturno in varno zaužije svoj obrok.

Hvala za razumevanje

Od 09.03.2020 do 13.03.2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA/DOP. in POP.	KOSILO
PONEDELJEK 09.03.2020	Maslo Bio med Graham kruh Kakav	Nežni koruzni kruhki Sadje	Cvetačna juha Pečen file ribe Zelenjavni krompir Radič štrucar s fižolom in koruzo
TOREK 10.03.2020	Čičerikin namaz List solate, paradižnik češnjevce Pirina žemlja Čaj	Čvrsti jogurt, bio suhe brusnice Sadje	Ričet s suhim mesom Jabolčni zavitek Hruškov sok Črni kruh
SREDA 11.03.2020	Prosena kaša na mleku (neh. mleko) Košček temne čokolade, cimet	Francoski rogljič Sadje	Polnozrnati špageti Omaka bolonez Radič z endivijo
ČETRTEK 12.03.2020 	Puranji šink Kislo zelje Polnozrnata bombetka Čaj	Ovseni kosmiči s sadjem in jogurtom (neh. mleko) Sadje	Grahova kremna juha z jušnimi kroglicca Zelenjavni polpeti Pire krompir Zelena solata z motovilcem in jajci
PETEK 13.03.2020	Sirova štručka Mlečni namaz Korenje, rdeča redkvice Bela kava	Praženi lešniki, bio jabolčni čips Sadje	Piščančji file v naravni omaki Džuveč riž (tri žita) Kitajsko zelje s krompirjem

1. NA JEDILNIK VSAKODNEVNO UVRŠČAMO SADJE, KATEREGA IMAJO OTROCI NA RAZPOLAGO SKOZI VES DAN.
2. ZA POTEŠITEV ŽEJE IMAJO SKOZI VES DAN NA RAZPOLAGO VODO.
3. V STAROSTNI SKUPINI 1-2 JE PREHRANA PRILAGOJENA OTROKOVIM PREHRENJEVALNIM IN RAZVOJNIM ZNAČILNOSTIM. NOVINČKI TE STAROSTNE SKUPINE V PRVIH MESECIH OBISKOVANJA VRTCA DOBIJO NAMESTO PRESNIH SOLAT KUHANJE TER NAMESTO SADJA SADNE KAŠICE.

Spoštovani starši!

Čas obrokov je del vzgojnega procesa v vrtcu, zato se ga izvaja po načelih kurikula.

Ko se igralnica ob obrokih spremeni v jedilnico, poskrbimo za okolje, ki spodbuja pozitiven odnos do prehranjevanja: oblikuje se prijetno in umirjeno vzdušje, uredijo se mizice, otroci jedo počasi, sede, pravilno uporabljajo pribor in hrano dobro prežvečijo ter ob tem uporabljajo vljudnostne besede.

Pomembno je, da mora hranjena potekati na tak način, da je poskrbljeno tudi za varnost otrok in sicer tako, da otroci, ko jedo, sedijo za mizo in se ne sprehajajo po igralnici (nevarnost zadušitve).

Zaradi vsega zgoraj povedanega, želimo, da otroci obroke (tudi popoldansko malico) pojedjo v umirjenem okolju, sede. Nikakor ni dopustno, da malico puščamo v prostorih in na krajih, ki niso namenjeni shranjevanju hrane. Prav tako ne dovolimo odnašanja hrane iz igralnice. Zato vas, starši, prosimo, ko pridete po otroka, da ga počakate v garderobi ali na hodniku, da le-ta lahko kulturno in varno zaužije svoj obrok.

Hvala za razumevanje.