



### Od 14.09.2020 do 18.09.2020

DATUM	ZAJTRK	MALICA/DOP. in POP.	KOSILO
PONEDELJEK 14.09.2020	Sir (mešano) Ržena žemlja Sveži paradižnik Rukula Čaj	Bio kefir, rozini Sadje	Goveja juha z ribano kašo Kuhana govedina Hrenova omaka Pretlačen krompir Endivija s fižolom
TOREK 15.09.2020	Domač skutin namaz Drobnjak/petersilj Zmesni kruh Bela kava	Bio riževi vafli Sadje	Grahova kremna juha z jušnimi kroglicami Mesno zelenjavna rižota (rjavi riž, piščančje meso) Solata s paradižnikom in papriko
SREDA 16.09.2020	Skuše Sveža rumena paprika Pirin polnozrnat kruh Čaj	Domači mlečno sadni napitek Sadje	Telečja obara z zelenjavo in pirinimi žličniki Orehova rolada s kisló smetano Črni kruh
ČETRTEK 17.09.2020	Prosena kaša na neh. mleku Mandljev posip	½ makove štručke (temna moka) Sadje	Kremna fižolova juha s korenjem in zeleno Gratinirane testenine z bučkami Zelena solata z rdečo redkvico
PETEK 18.09.2020	Fižolov namaz List solate Sveže kumare Koruzno pecivo Čaj	Čvrsti navadni jogurt Sadje	Ohrovtova juha s kvinojo Goveji golaž Polenta Radič s krompirjem in jajcem

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 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) pojedó 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.**