# **29.9.2024**

# **Spoštuj hrano, spoštuj planet – zavrzi manj Mednarodni dan ozaveščanja o izgubah hrane in odpadni hrani**

https://youtu.be/khPBpWFNRCw

**Od 30.09.2024 do 04.10.2024**

| DATUM | ZAJTRK | MALICA/DOP. in POP. | KOSILO |
| --- | --- | --- | --- |
| PONEDELJEK  30.09.2024 | Bio polenta  Sen. neh. mleko | ½ makove štručke  Sadje | Makaronovo meso  Endivija s krompirjem |
| TOREK  01.10.2024 | Ribji namaz  Sveža rdeča paprika  Graham kruh  Čaj | Ovseni kosmiči s sadjem in jogurtom (sen. neh. mleko)  Sadje | Bučkina juha (hokaido)  Prosena kaša z zelenjavo in piščančjim mesom  Bio rdeča pesa |
| SREDA  02.10.2024 | Maslo  Domača breskova marmelada  Bio ajdov kruh  Bela kava | Koruzni vaflji  Sadje | Goveja juha z rezanci  Kuhana govedina  Pražen krompir  Hrenova omaka  Zelena solata s kalčki |
| ČETRTEK  03.10.2024 | Trdi sir (mešano)  Paradižnik češnjevec  Ržena žemlja  Čaj | Probiotični jogurt, koruzni kosmiči  Sadje | Zelenjavni ragu s telečjim mesom  Gluhi štruklji  Radič s fižolom in jajcem |
| PETEK  04.10.2024 | Bučkin namaz (sen. neh. mleko)  Korenje ribano  Bio pisan kruh  Kakav | Bio orehi, rozine  Sadje | Čičerikina enolončnica brez mesa  Puding s smetano  Črni kruh |

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, 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) pojedo 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.***

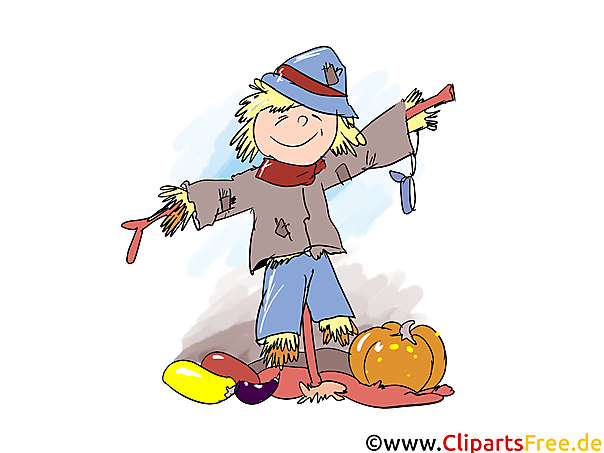
***Hvala za razumevanje.***

**Od 07.10.2024 do 11.10.2024**

| DATUM | ZAJTRK | MALICA/DOP. in POP. | KOSILO |
| --- | --- | --- | --- |
| PONEDELJEK  07.10.2024 | Piščančja pašteta  Sladki feferoni  Polnozrnati kruh  Čaj | Bio sadni kefir  Sadje | Lečina juha z zelenjavo  Krompirjeva musaka z bio govejim mesom  Zelena solata z rdečo redkvico |
| TOREK  08.10.2024 | Mlečni riž na neh. mleku  70% čokolada, cimet | Mlečni rogljič  Sadje | Ričet s svinjskim mesom  Carski praženec z bio brusnicami  Črni kruh  Kuhan jabolčni kompot |
| SREDA  09.10.2024 | Čičerikin namaz  Paradižnik češnjevec, list solate  Kajzerica  Čaj | Sadni jogurt (neh. mleko)  Sadje | Piščančji zrezki v naravni omaki  Dušena ajdova kaša z zelenjavo  Radič štrucar s krompirjem |
| ČETRTEK  10.10.2024 | Bio sirove blazinice  Kremno maslo  Sveža paprika (tris)  Bela kava | Nežni kruhki s kvinojo  Sadje | Dušeni goveji zrezki v zelenjavni omaki  Valvice  Sveže zelje v solati s fižolom |
| PETEK  11.10.2024 | Kuhan jajček  Sveže kumare  Bio kruh iz tatarske ajde  Čaj | Pira z banano in jogurtom (neh. mleko)  Sadje | Špinačna juha z lečo  Pečen losos  Krompir v kosih s peteršiljem  Stročji fižol v solati |

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, 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) pojedo 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.***