



Od 17.03.2025 do 21.03.2025,
Jedilnik so pomagali sestaviti otroci Vrtca Ciciban Novo mesto



DATUM	ZAJTRK	MALICA/DOP. in POP.	KOSILO
PONEDELJEK 17.03.2025	Bio hrenovke Ajvar, gorčica Polnozrnata štručka Čaj	Bio sadni kefir Sadje	Čufti (goveje meso) Pire krompir s cvetačo Zelena solata z rukulo in mocarelo
TOREK 18.03.2025	Mlečni pšenični zdrob na bio mleku Lešnikov posip, cimet	Navadni rogljič Sadje	Kremna juha iz zelene Pečeni piščančji zrezki Korenje baby / brstični ohrovt na maslu Pečen krompir Solatni bar
SREDA 19.03.2025	Ribji namaz Kislo zelje Pisani kruh Čaj	Ovseni kosmiči s sadjem in jogurtom Sadje	Zelenjavna juha s kvinojo Goveji golaž Kruhovi cmoki Radič z motovilcem in jajcem
ČETRTEK 20.03.2025	Medeni namaz Ajdov kruh z orehi Bela kava na bio mleku	Sveža paprika (tris), prepečenec polnozrnati Sadje	Fižolova juha z ribano kašo Skutin burek Bio rdeča pesa
PETEK 21.03.2025	Mesnozelenjavni namaz Bio ječmenov kruh Čaj	Koruzni vafliji Sadje	Ričet Puding z malinovim prelivom ½ kajzarice

JEDILNIK

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 t em 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.

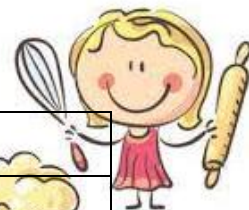
Zato vas, starši, prosimo, ko pridete po otroka, da ga počakate v garderobi ali na hodniku, da le-ta lahko kulturno in varno zaužije svoj obrok.

Hvala za razumevanje.



Od 24.03.2025 do 28.03.2025

Jedilnik so pomagali sestaviti otroci Vrtca Ciciban Novo mesto



DATUM	ZAJTRK	MALICA/DOP. in POP.	KOSILO
PONEDELJEK 24.03.2025	Mlečni riž na bio mleku Čokolada 70%	Navadni grisini Sadje	Makaroni Mesna omaka (koščki mesa, bio meso) Zelena solata z mocarelo in kalčki
TOREK 25.03.2025	Piščančja pašteta Kisle kumarice Črna žemlja Čaj	Grški jogurt, ameriške borovnice Sadje	Lečina juha z zelenjavo Mesnozelenjavna lasanja Zelje v solati s krompirjem
SREDA 26.03.2025	Bučni namaz Motovilec Korenje Makova štručka (temna moka) Bela kava	Bio orehi, rozine Sadje	Jota Palačinke s čokolado Jabolčni sok redčen Francoski kruh
ČETRTEK 27.03.2025	Kuhan jajček Paradižnik češnjevcev Graham kruh Čaj	Bio probiotični jogurt Sadje	Paradižnikova juha z ajdovo kašo Pečen losos Pretlačen krompir Stročji fižol/ korenje v solati
PETEK 28.03.2025	Kisla smetana Namaz iz suhega sadja Koruzni kruh Kakav na bio mleku	Polnozrnat keksi Sadje	Goveja juha z rezanci in peteršiljem Puranja pečenka Mlinci Dušeno rdeče zelje

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 t em 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.