

JEDILNI LIST ZA NOVEMBER 2019

Jedilnik sestavila: Janja Novak
Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika.

DATUM	ZAJTRK	MALICA DIABETES	NAVADNO KOSILO	DIABETES KOSILO	MALICA POPOLDNE	VEČERJA	VEČERJA DIABETES
ponedeljek							
torek							
sreda							
četrtek							
petek	ribe, kruh, topli napitek	navadni jogurt ali sadje	juha, skutini štruklji, kompot	juha, skutini štruklji, kompot	sadje (diabetiki polnozrnat kruh)	polnozrnate testenine s tuno , topli napitek	polnozrnate testenine s tuno , topli napitek
1.11.2019	M,G	M	M,G,J	M,G,J	G	M,G,J	M,G,J
sobota	topljeni sir, kruh, topli napitek	navadni jogurt ali sadje	juha, pečeno piščančje bedro, mlinci, rdeče zelje	juha, pečeno piščančje bedro, mlinci, rdeče zelje	sadje (diabetiki polnozrnat kruh)	jabolčna potica, topli napitek	jabolčna potica, topli napitek
2.11.2019	M,G,R	M	M,G,J	M,G,J	G	M,G,J	M,G,J
nedelja	marmelada, maslo, kruh, topli napitek	navadni jogurt ali sadje	juha, pečenka, krompir, solata	juha, pečenka, krompir, solata	sladica (diabetična)	pica, topli napitek	pica, topli napitek
3.11.2019	M,G	M	M,G,J	M,G,J	M,G,J	M,G,J	M,G,J

GLUTEN - G, GLUTEN JEČMEN - GJ, MLEKO - M, JAJCA - J, RIBE - R, ARAŠIDI - A, SOJA - S, OREŠČKI - O, GORČIČNO SEME - GS, SEZAMOVO SEME - SS, VOLČJI BOB - VB, MEHKUŽCI - ME, ZELENA - Z, ŽVEPLOV DIOKSID IN SULFIDI - ŽD, SU

JEDILNI LIST ZA NOVEMBER 2019

Jedilnik sestavila: Janja Novak
Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika.

DATUM	ZAJTRK	MALICA DIABETES	NAVADNO KOSILO	DIABETES KOSILO	MALICA POPOLDNE	VEČERJA	VEČERJA DIABETES
ponedeljek 4.11.2019	topleni sir, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, pašta fižol, klobasa M,G,J	juha, pašta fižol, puranje meso M,G,J	sadni jogurt (diabetiki navadni jogurt) G,M,J,O	koruzni žganci, topli napitek M,G,J	ajdovi žganci, topli napitek M,G,J
torek 5.11.2019	pašteta, kruh, topli napitek M,G,J	navadni jogurt ali sadje M	juha, makaronovo meso, testenine, solata M,G,J	juha, makaronovo meso, polnozrnate testenine, solata M,G,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) M	kmečka krompirjeva juha, kruh, topli napitek M,G,J	kmečka krompirjeva juha, kruh, topli napitek M,G,J
sreda 6.11.2019	umešana jajca, kruh, topli napitek M,G,J	navadni jogurt ali sadje M	juha, rižota, solata M,G,J	juha, rižota, solata M,G,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	pečene perutničke, ajvar, kruh, topli napitek M,G,J	pečene perutničke, ajvar, kruh, topli napitek M,G,J
četrtek 7.11.2019	salama ,topli napitek, kruh M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha,vampi po tržaško, polenta, solata M,G,J	juha, goveji golaž, bela polenta, solata M,G,J	sadni jogurt (diabetiki navadni jogurt) G,M	krompir v kosih, stročji fižol, topli napitek M,G,J	krompir v kosih, stročji fižol, topli napitek M,G,J
petek 8.11.2019	maslo, med, kruh,topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, sirovi tortelini, paradižnikova omaka, solata M,G,J	juha, sirovi tortelini, paradižnikova omaka, solata M,G,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) M	ocvrt oslič, krompirjeva solata, topli napitek M,G,J	pečen oslič, krompirjeva solata, topli napitek M,G,J
sobota 9.11.2019	zeliščni namaz, kruh, topli napitek M,G,R	navadni jogurt ali sadje M	juha, bujta repa, prekajeni vrat, puding M,G,J	juha, bujta repa, piščančja prsa, diabetični puding M,G,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) M	rižev narastek, topli napitek M,G,J	rižev narastek, topli napitek M,G,J
nedelja 10.11.2019	maslo,marmelad a, kruh, topli napitek M,G,J	navadni jogurt ali sadje M	goveja juha, pražen krompir, kuhana govedina, koleraba v omaki G,M,J	goveja juha, pražen krompir, kuhana govedina, koleraba v omaki G,M,J	sladica (diabetična) G	salama,sir, kisla paprika, kruh, topli napitek M,G,J	salama,sir, kisla paprika, kruh, topli napitek M,G,J

GLUTEN - G, GLUTEN JEČMEN - GJ, MLEKO - M, JAJCA - J, RIBE - R, ARAŠIDI - A, SOJA - S, OREŠČKI - O, GORČIČNO SEME - GS,
SEZAMOVO SEME - SS, VOLČJI BOB - VB, MEHKUŽCI - ME, ZELENA - Z, ŽVEPLOV DIOKSID IN SULFIDI - ŽD, SU

JEDILNI LIST ZA NOVEMBER 2019

Jedilnik sestavila: Janja Novak
Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika.

DATUM	ZAJTRK	MALICA DIABETES	NAVADNO KOSILO	DIABETES KOSILO	MALICA POPOLDNE	VEČERJA	VEČERJA DIABETES
ponedeljek 11.11.2019	pašteta, maslo, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, pasulj, prekajena klobasa G,M,J	juha, pasulj, punaje prsa G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	ocvirkova potica, topli napitek M,G,J	jabolčna potica, topli napitek M,G,J
torek 12.11.2019	salama ,topli napitek, kruh M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, segedin golaž, ajdovi žganci G,M,J	juha, segedin golaž, koruzni žganci G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	marelični cmoki, topli napitek M,G,J	marelični cmoki, topli napitek M,G,J
sreda 13.11.2019	umešana jajca, kruh, topli napitek M,G,J	navadni jogurt ali sadje M	juha, seskljana pečenka, ajdova kaša z zelenjavo, solata G,M,J	juha, seskljana pečenka, ajdova kaša z zelenjavo, solata G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) M	pečen krompir v oblicah, topli napitek M,G,J	pečen krompir v oblicah, topli napitek M,G,J
četrtek 14.11.2019	pašteta, kruh, topli napitek M,G,J	navadni jogurt ali sadje M	juha, sv. Pečenka, dušen riž, solata G,M,J	juha, piščančji zrezek, dušen riž, solata G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	carski praženec, topli napitek M,G,J	polnozrnat carski praženec, topli napitek M,G,J
petek 15.11.2019	ribe, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	ocvrt oslič, pire krompir, kuhana zelenjava G,M,J	ocvrt oslič, pire krompir, kuhana zelenjava G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	zelenjavna enoločnica, kruh, topli napitek M,G,J	zelenjavna enoločnica, kruh, topli napitek M,G,J
sobota 16.11.2019	topljeni sir, kruh, topli napitek M,G,R	navadni jogurt ali sadje M	juha, matevž, kislja repa, pečenica G,M,J	juha, matevž, kislja repa, pečenica G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	palačinke z marmelado, topli napitek M,G,J	polnozrnat palačinke , topli napitek M,G,J
nedelja 17.11.2019	marmelada, maslo, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	goveja juha, pražen krompir, kuhana govedina, koleraba v omaki G,M,J	goveja juha, pražen krompir, kuhana govedina, koleraba v omaki G,M,J	sladica (diabetična) M,G,J	pečene perutničke, ajvar, kruh, topli napitek M,G,J	pečene perutničke, ajvar, kruh, topli napitek M,G,J

GLUTEN - G, GLUTEN JEČMEN - GJ, MLEKO - M, JAJCA - J, RIBE - R, ARAŠIDI - A, SOJA - S, OREŠČKI - O, GORČIČNO SEME - GS,
SEZAMOVO SEME - SS, VOLČJI BOB - VB, MEHKUŽCI - ME, ZELENA - Z, ŽVEPLOV DIOKSID IN SULFIDI - ŽD, SU

JEDILNI LIST ZA NOVEMBER 2019

Jedilnik sestavila: Janja Novak
Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika.

DATUM	ZAJTRK	MALICA DIABETES	NAVADNO KOSILO	DIABETES KOSILO	MALICA POPOLDNE	VEČERJA	VEČERJA DIABETES
ponedeljek 18.11.2019	maslo, marmelada, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, ričet, hrenovka G,M,J	juha, ričet, hrenovka G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	ajdovi žganci, topli napitek M,G,J	ajdovi žganci, topli napitek M,G,J
torek 19.11.2019	topljeni sir, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, piščančje bedro, pretlačen krompir, solata G,M,J	juha, piščančje bedro, pretlačen krompir, solata G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	jabolčni burek, topli napitek M,G,J	jabolčni burek, topli napitek M,G,J
sreda 20.11.2019	umešana jajca, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, telečji zrezek v gobovi omaki, svaljki, solata G,M,J	juha, telečji zrezek v gobovi omaki, svaljki, solata G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) M	piščančja jetra, kruh, topli napitek M,G,J	piščančja jetra, kruh, topli napitek M,G,J
četrtek 21.11.2019	pašteta, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, goveji golaž, široki rezanci, rdeča pesa G,M,J	juha, goveji golaž, široki rezanci, rdeča pesa G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	pica, topli napitek M,G,J	pica, topli napitek M,G,J
petek 22.11.2019	ribe, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	fižolova juha, sirov štrukelj, kompot G,M,J	fižolova juha, sirov štrukelj, kompot G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	kmečka krompirjeva juha, kruh, topli napitek M,G,J	kmečka krompirjeva juha, kruh, topli napitek M,G,J
sobota 23.11.2019	salama, topli napitek, kruh M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, mesni polpet, pire krompir, bučke v omaki G,M,J	juha, mesni polpet, pire krompir, bučke v omaki G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	pivska klobasa, ajvar, topli napitek M,G,J	dietna klobasa, ajvar, topli napitek M,G,J
nedelja 24.11.2019	maslo, med, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	goveja juha, svinjski vrat, pražen krompir, solata G,M,J	goveja juha, puran pečenka, pražen krompir, solata G,M,J	sladica (diabetična) M,G,J	polenta z ocverki, topli napitek M,G,J	polenta z mlekom, topli napitek M,G,J

GLUTEN - G, GLUTEN JEČMEN - GJ, MLEKO - M, JAJCA - J, RIBE - R, ARAŠIDI - A, SOJA - S, OREŠČKI - O, GORČIČNO SEME - GS, SEZAMOVO SEME - SS, VOLČJI BOB - VB, MEHKUŽCI - ME, ZELENA - Z, ŽVEPLOV DIOKSID IN SULFIDI - ŽD, SU

JEDILNI LIST ZA NOVEMBER 2019

Jedilnik sestavila: Janja Novak
Pridružujemo si pravico do spremembe jedilnika.

DATUM	ZAJTRK	MALICA DIABETES	NAVADNO KOSILO	DIABETES KOSILO	MALICA POPOLDNE	VEČERJA	VEČERJA DIABETES
ponedeljek 25.11.2019	pašteta, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, makaronovo meso, solata G,M,J	juha, makaronovo meso, solata G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	telečja enoločnica, kruh, topli napitek M,G,J	telečja enoločnica, kruh, topli napitek M,G,J
torek 26.11.2019	ribe, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, boranija z govejim mesom, polnozrnat roglijček G,M,J	juha, boranija z govejim mesom, polnozrnat roglijček G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	šnite, topli napitek M,G,J	pečene šnite, topli napitek M,G,J
sreda 27.11.2019	maslo, med, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, puran pečenka, kus kus, solata G,M,J	juha, puran pečenka, kus kus, solata G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) M	krompir v kosih, stročji fižol, topli napitek M,G,J	krompir v kosih, stročji fižol, topli napitek M,G,J
četrtek 28.11.2019	salama, topli napitek, kruh M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, pečenica, kisl zelje, ajdovi žganci G,M,J	juha, pečenica, kisl zelje, koruzni žganci G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	rižev narastek, sadni preliv, topli napitek M,G,J	rižev narastek, sadni preliv, topli napitek M,G,J
petek 29.11.2019	maslo, marmelda, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	juha, krompirjev golaž, kolač G,M,J	juha, krompirjev golaž, kolač G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	široki rezanci zelenjavna omaka, topli napitek M,G,J	široki rezanci zelenjavna omaka, topli napitek M,G,J
sobota 30.11.2019	doručak, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	telečja obara, puding G,M,J	telečja obara, diabetični puđing G,M,J	sadje (diabetiki polnozrnat kruh) G	mesni kanelon, paradižnik, topli napitek M,G,J	mesni kanelon, paradižnik, topli napitek M,G,J
nedelja 1.12.2019	maslo, med, kruh, topli napitek M,G	navadni jogurt ali sadje M	goveja juha, svinjska rebra, pražen krompir, kuhana solata G,M,J	goveja juha, puranja pečenka, pražen krompir, kuhana solata G,M,J	sladica (diabetična) M,G,J	salama, sir, kisl paprika, kruh, topli napitek M,G,J	salama, sir, kisl paprika, kruh, topli napitek M,G,J

GLUTEN - G, GLUTEN JEČMEN - GJ, MLEKO - M, JAJCA - J, RIBE - R, ARAŠIDI - A, SOJA - S, OREŠČKI - O, GORČIČNO SEME - GS,
SEZAMOVO SEME - SS, VOLČJI BOB - VB, MEHKUŽCI - ME, ZELENA - Z, ŽVEPLOV DIOKSID IN SULFIDI - ŽD, SU