

VIŠKI VRTCI, Jamova cesta 23

Jedi pripravljene v kuhinjah VIŠKIH VRTCEV - VSEBNOST ALERGENOV

I. JEDI ZA ZAJTRK

	JED	gluten	raki	jajce	ribe	arašidi	soja	mleko	oreščki	listna zelena	gorčično seme	sezamovo seme	žveplov dioksid	volčji bob	mehkužci	hišni murni
kruhi	vse vrste kruha	X														
	pekovsko pecivo	X						X								
...za na kruh	maslo							X								
	med															
	džemi															
	marmelade															
	kisla smetana							X								
	jajčni namaz			X				X			X					
	mesno-zelenjavni namaz	X									X					
	namaz iz tunine in sardin				X			X								
	sirni smetanov namaz							X								
	piščančja pašteta				X						X					
	poltrdi sir							X								
	čokoladni namaz							X	X							
	piščančja prsa v ovoju	X														
	puranja prsa v ovoju	X														
	prešana šunka	X														
	avokadov namaz								X							
	lososov namaz			X					X							
	Erikin namaz								X	X						
	sirni smetanov namaz								X							
	mlečne jedi	pšenični zdrob na mleku	X						X							
mlečni riž								X								
mlečni močnik		X		X				X								
prosena kaša		X						X								
drobne testenine na mleku		X		X				X								

VIŠKI VRTCI, Jamova cesta 23

Jedi pripravljene v kuhinjah VIŠKIH VRTCEV - VSEBNOST ALERGENOV

	JED	gluten	raki	jajce	ribe	arašidi	soja	mleko	oreščki	listna zelena	gorčično seme	sezamovo seme	žveplov dioksid	volčji bob	mehkužci	hišni murni
mlečne jedi	ribana kaša na mleku	X		X				X								
	kus kus na mleku	X						X								
	koruzni kosmiči na mleku, jogurtu	X						X								
	pšenični kosmiči s čokolado na mleku	X					X	X	X							
	koruzni zdrob na mleku	X						X								
	pšenični kosmiči z vlakninami FIT	X					X	X	X							
	ovseni kosmiči DARK	X					X	X	X							
	ekstrudirane žitne kroglice Lino Crunch	X						X								
	polenta na mleku	X						X								
napitki	mleko							X								
	mlečna kava							X								
	kakav							X	X							
	čaj															
dodatki	kislo zelje															
	kisla repa															
	kisla paprika															
	kisle kumarice															
	korenja															
	sveža paprika															
	svež paradižnik															
	rozine															
	orehi, mandlji, lešniki								X							
samostojne jedi	jajčna jed			X												
	cesarski praženec	X		X				X								
	goveja hrenovka	X														
	tuna															

VIŠKI VRTCI, Jamova cesta 23

Jedi pripravljene v kuhinjah VIŠKIH VRTCEV - VSEBNOST ALERGENOV

II. JEDI ZA KOSILO

	JED	gluten	raki	jajce	ribe	arašidi	soja	mleko	oreščki	listna zelena	gorčično seme	sezamovo seme	žveplov dioksid	volčji bob	mehkužci	hišni murni	
juhe	špinačna							X									
	brokoli																
	paradižnikova	X															
	grahova																
	prežganka	X		X													
	goveja																
	iz zelena in krompirja																
	cvetačna																
	porova																
	kolerabna																
	juha iz pečene kolerabe								X								
	bučna																
	kostna																
	jogurtova								X								
	ohrovtova																
	korenjeva																
	korenčkova juha z rdečo peso																
špargljeva juha																	
minjonska	X		X														
jušne zakuhe	zlate kroglice	X		X				X						X			
	kruhove kocke	X															
	jušne testenine	X		X													
	durum drobne testenine	X															
	ribana kaša	X		X													
mesne jedi	pečenka (telečja, svinjska)																
	pretaknjena govedina										X						
	junečji, svinjski zrezek v naravni omaki	X															
	junečji zrezek v zelenjavni omaki	X															

VIŠKI VRTCI, Jamova cesta 23

Jedi pripravljene v kuhinjah VIŠKIH VRTCEV - VSEBNOST ALERGENOV

	JED	gluten	raki	jajce	ribe	arašidi	soja	mleko	oreščki	listna zelena	gorčično seme	sezamovo seme	žveplov dioksid	volčji bob	mehkužci	hišni mumi
mesne jedi	telečji zrezek v naravni omaki	X														
	telečji zrezek v zelenjavni omaki	X														
	puranji zrezek v smetanovi omaki	X						X								
	pečen losos				X											
	losos v smetanovi omaki	X			X			X								
	ribji polpet	X		X	X			X								
	mesna štruca	X		X												
	mesni polpet	X		X												
	pečenica															
	puran po dunajsko	X		X												
	pečen piščanec										X					
	telečji paprikaš	X														
	piščančji paprikaš	X														
	junečji golaž	X														
	žrebičkov golaž	X														
	grahovo meso	X														
	nadevana paprika	X		X												
	mesne kroglice v omaki	X		X												
	makaronovo meso	X		X												
	testenine z bolonjsko omako	X		X												
testenine	X		X													
haše omaka																
testenine z mleto govedino	X		X													

VIŠKI VRTCI, Jamova cesta 23

Jedi pripravljene v kuhinjah VIŠKIH VRTCEV - VSEBNOST ALERGENOV

	JED	gluten	raki	jajce	ribe	arašidi	soja	mleko	oreščki	listna zelena	gorčično seme	sezamovo seme	žveplov dioksid	volčji bob	mehkužci	hišni mumi
mesne jedi	kuhana govedina															
	rižota s piščančjim mesom															
	rižota s telečjim mesom															
	rižota s puranjim mesom															
	musaka			X				X								
	lazanja	X		X				X								
	pica	X						X								
	durum testenine z mesom	X														
	testenine z mesom	X		X				X								
	testenine z Milansko omako	X		X												
	segedin golaž	X														
	telečja obara	X		X												
	obara s piščančjim mesom	X		X												
	ričet	X														
	zelenjavna mineštra z mesom	X														
priloge	zelenjavni riž															
	dušen riž															
	rizi bizi															
	pire krompir							X								
	krompir v kosih															
	maslen krompir							X								
	peteršiljev krompir															
	krompirjeva solata															
	pečen krompir															
	pražen krompir															
ajdovi njoki	X						X									

VIŠKI VRTCI, Jamova cesta 23

Jedi pripravljene v kuhinjah VIŠKIH VRTCEV - VSEBNOST ALERGENOV

	JED	gluten	raki	jajce	ribe	arašidi	soja	mleko	oreščki	listna zelena	gorčično seme	sezamovo seme	žveplov dioksid	volčji bob	mehkužci	hišni mumi
priloge	kus kus	X														
	ajdova kaša															
	pire krompir s korenjem							X								
	domači krompirjevi svaljki	X		X				X								
	kupljeni krompirjevi svaljki	X		X				X								
	kruhov cmok, štruca	X		X				X								
	skutin cmok	X		X				X								
	sadni cmok	X		X				X								
	matevž							X								
	zdrobov cmok	X		X				X								
	ajdovi žganci	X														
	polenta	X														
	jajčne testenine	X		X												
	brezjajčne testenine	X														
	sirovi ravioli	X		X				X								
	mlinci	X														
	vodni vlivanci	X		X												
	polnozrnati široki rezanci	X														
	eko testenine	X														
	trganci	X														
	sirovi štruklji	X		X				X								
	zelenjavna lazanja	X		X				X								
	bučke v omaki	X						X								
dušeno kislo zelje	X															
dušeno rdeče zelje	X															
dušena kislata repa	X															

VIŠKI VRTCI, Jamova cesta 23

Jedi pripravljene v kuhinjah VIŠKIH VRTCEV - VSEBNOST ALERGENOV

	JED	gluten	raki	jajce	ribe	arašidi	soja	mleko	oreščki	listna zelena	gorčično seme	sezamovo seme	žveplov dioksid	volčji bob	mehkužci	hišni mumi
priloge	korenček v prilogi															
	grah v prilogi															
	mešana zelenjava v prilogi															
	špinača v omaki	X														
	blitva v omaki	X						X								
enolončnice brez mesa	ričet brez mesa	X														
	fižolova juha s testeninami	X		X												
	ragu iz stročjega fižola	X														
	krompirjev golaž	X														
	enolončnica s čičeriko	X														
	enolončnica z lečo	X														
	jota	X														
	enolončnica iz mladega zelja	X														
	enolončnica iz ohrovtu in krompirja	X														
pecivo	jabolčni zavitek	X		X				X								
	slivov zavitek	X		X				X								
	burek s skuto	X		X				X								
	marmorni kolač	X		X				X								
	kolač s čokolado in skuto	X		X				X	X							
	biskvit s sadjem	X		X												
	domusovo pecivo	X		X				X	X							
	rolada	X		X				X								
	buhtelj z marmelado	X		X				X								
	buhtelj z jedilno čokolado	X		X				X								
	marmeladna potica	X		X				X								

VIŠKI VRTCI, Jamova cesta 23

Jedi pripravljene v kuhinjah VIŠKIH VRTCEV - VSEBNOST ALERGENOV

	JED	gluten	raki	jajce	ribe	arašidi	soja	mleko	oreščki	listna zelena	gorčično seme	sezamovo seme	žveplov dioksid	volčji bob	mehkužci	hišni mumi
pecivo	orehova potica	X		X				X	X							
	roglič s čokolado	X		X				X	X							
	palačinka	X		X				X								
	rižev narastek			X				X								
	skutin žepok	X						X								
	kremna rezina	X						X								
	domač čokoladni puding	X						X								
	skutna pena s sadjem							X								
	čokoladna torta	X		X				X	X							
	gratinirane skutne palačinke	X		X				X								
	zapečeni skutni rezanci	X		X				X								
	korenjevi žepki	X						X								
	flancat	X		X				X								
	gibanica	X		X				X	X							
	jabolčna pita	X		X				X								
	slivova pita	X		X				X								
	puding s spečenim jabolkom	X						X								
	lešnikova krema	X						X								
korenčkovo pecivo z lešniki	X		X				X	X								
solate	zelena solata															
	kitajsko zelje v solati															
	paradižnikova solata z papriko															
	paradižnikova solata z mozzarella							X								
	rdeča pesa v solati															
	zelnata solata															

VIŠKI VRTCI, Jamova cesta 23

Jedi pripravljene v kuhinjah VIŠKIH VRTCEV - VSEBNOST ALERGENOV

	JED	gluten	raki	jajce	ribe	arašidi	soja	mleko	oreščki	listna zelena	gorčično seme	sezamovo seme	žveplov dioksid	volčji bob	mehkužci	Hišni mumi
solate	pira	X														
	koruza															
	fižol															
	korenje															

Posodobitev pripravila:

Petra Osterman, org. PZHR v Viških vrtcih, 25.7.2024