



DOM STAREJŠIH OBČANOV TREBNJE

TEDENSKI JEDILNIK OD 9.9.2019 do 15.9.2019

ZA STANOVALCE, UPORABNIKE POMOČI NA DOMU, ZAPOSLENE IN ZUNANJE OBISKOVALCE NA SEDEŽU DSO TREBNJE, STARI TRG 63, 8210 TREBNJE

	PONEDELJEK 9.9.2019	TOREK 10.9.2019	SREDA 11.9.2019	ČETRTEK 12.9.2019	PETEK 13.9.2019	SOBOTA 14.9.2019	NEDELJA 15.9.2019
ZAJTRK	maslo (7) marmelada, pašteta mlečni napitki (1,7), čaj	jajca (3) med, maslo (7) mlečni napitki (1,7) čaj	hrenovka (7) Zdenka sir (7) maslo (7) mlečni napitki (1,7), čaj	maslo (7) evrokrem (5) sir edamec (7) salama mlečni napitki (1,7), čaj	maslo (7) marmelada, tunin namaz (4,7), mlečni napitki (1,7), čaj	maslo (7) pašteta, salama mlečni napitki (1,7) čaj	maslo (7) marmelada, med mlečni napitki (1,7)čaj
KOSILO VAROVALNO SLADKORNO ŽOLČNO ŽELODČNO S SPREMENJENO KONSISTENCO	zelenjavno kremna juha (1,7), pariški piščančji zrezek (1,3) ali pleskavica v pivnem testu (1,3)ajdova kaša z gobami, solata. zelenjavno kremna juha (1), piščančja prsa v naravni omaki, kus kus,solata.	bučno kremna juha(1,7) čufti v paradižnikovi omaki pire krompir (7), sladoled (7) bučno kremna juha(1,7), mesna kroglica, pire krompir (7), mešan kompot	močnikova juha, (1)bučke v smetanovi omaki (1,7)tortelini (1,3,7), rebrca solata. močnikova juha,(1) dušena govedina v naravni omaki, pečene bučke, svedrčki (1,3), korenčkova solata	goveja juha z ribano kašo(1,3,7) kaneloni s šunko in sirom sestavljena solata, sladoled. goveja juha z ribano kašo(1,3,7), dušena teletina, korenčkov pire, rdeča pesa v solati.	kostna juha z rezanci (1,3,7)pečena postrv(4) kremna špinača(1,7) pražen krompir solata. kostna juha z rezanci pečena postrv(4) kremna špinača(1,7) slan krompir solata.	ješprenjčkova juha, zeljne krpice z prekajenim mesom, (1,3)sadna rolada (1,3,7) ješprenjčkova juha, dietne krpice z govedino (1,3) kompot.	goveja juha z rezanci (1,3,9),svinjska pečenka, zelenjavna priloga pražen krompir, solata. goveja juha z rezanci (1,3,9)govedina zelenjava drobnjakov krompir solata.
POPOLDANSKE MALICE ZA DIETE	sadna solata	beljakov biskvit z rozinami (1,3)	zeliščni namaz (7), črn kruh	narastek s proseno kašo	zelenjavna salama kruh (1)	sadna solata, albert piškot (1)	navadni jogurt (7) kruh (1)
VEČERJA VAROVALNA SLADKORNA ŽOLČNA ŽELODČNA S SPREMENJENO KONSISTENCO	jetrca v omaki (1), metuljčki (1,3) ali mlečni riž (7) puranji zrezek v zelenjavni omaki ali mlečni riž (7)	kruhova omleta (1,3,7) zelena solata ali mlečna kaša (1,7) krompir s kolerabo ananasov kompot ali mlečna kaša (1,7)	zdrobov narastek s hruškovim prelivom ali mlečni močnik. (1,3,7) cvetačna juha s krompirjem hruškova čežana ali mlečni močnik (1,3,7)	obara z žličniki (1,3,7) napitek ali mlečni riž.(7) piščančja obara z žličniki (1,3,7) napitek ali mlečni riž (7)	bogreč z mesom ali mlečna kaša(7). dietni bograč z mesom ali mlečna kaša (7)	stročji fižol v solati s hrenovkami in jogurtovim prelivom (7) ali mlečni močnik (1,3,7) hrenovka, krompirjeva solata ali mlečni močnik (1,3,7)	piščančja rižota, rdeča pesa v solati ali mlečni zdrob (7) piščančja rižota, rdeča pesa v solati ali mlečni zdrob (7)

Alergeni v živilih so označeni s številkami od 1 do 14 (legenda je pod jedilnikom).

V primeru, da ni mogoče zagotoviti ustreznih živil, si pridružujemo pravico spremeniti jedilnik.

ŽELIMO VAM DOBER TEK!

SNOVI ALI PROIZVODI IZ NJIH, KI POVZROČAJO ALERGIJE ALI PREOBČUTLJIVOST IN NJIHOVI NAJPOGOSTEJŠI VIRI

Uredba (EU) št. 1169/2011 o zagotavljanju informacij o živilih potrošnikom v 44. členu določa, da so podatki o alergenih, kadar so ti prisotni v končnem proizvodu, obvezni tudi za ne-predpakirana živila ponujena za prodajo končnemu potrošniku. Glede na zahteve Uredbe je v jedilniku, pri vsaki jedi/živilu, zapisana prisotnost alergenov.

V tabeli so navedena le živila/sestavine, ki so najpogostejši, a ne edini vir snovi, ki povzročajo alergije ali preobčutljivosti, zato je pomembno predhodno pridobiti ustrezne informacije.

	Snov/proizvod iz nje	Živilo/sestavina
1	Žita, ki vsebujejo gluten	Pšenica, rž, ječmen, oves, pira, kamut ali njihove križane vrste. Gluten je prisoten v številnih vrstah kruha, picah, pekovskem pecivu, slaščicah, testeninah, rezancih, cmokih, krompirjevih svaljkah, njokih, paniranih izdelkih. Sestavine pšenice lahko najdemo tudi v mesnih izdelkih (npr. salame, hrenovke, paštete, pleskavice), jušnih kockah, mešanicah začimb, omakah, marinadah, pudingih in čokoladah.
2	Raki	Rakovice, jastogi, kozice, škampi, potočni raki in drugi za prehrano pomembni raki.
3	Jajca	Kokošja jajca, prepeličja, gosja in račja jajca. Jajca so prisotna v slaščicah (npr. torte, kremne rezine, piškoti, biskvitna peciva, krofi, palačinke), testeninah, zakuham za juho, pekovskem pecivu, majonezi, tatarski omaki, jajčnih kremah (npr. pudingi, kreme za torte, tiramisu kreme), vlečenem testu, paniranih mesnih jedeh, jedeh iz mletega mesa (npr. pleskavice), paštetah, sladoledu.
4	Ribe	Poleg rib, ki se ponujajo kot samostojna jed so npr. sardele ali inčuni pogosta sestavina raznih omak (npr. Worcester omaka). Meso rib je lahko prisotno tudi v solatnih prelivih, dodatkih za pice, kot sestavina juh in jušnih koncentratov. Sem uvrščamo tudi Surimi (ribji pripravek iz ribjih beljakovin), ki se uporablja tudi kot nadomestek za dražje meso rakovic, jastoga in drugih rakov.
5	Arašidi (kikiriki)	Arašidi so lahko prisotni v slaščicah, pecivu, čokoladah, bonbonih, kruhu, žitaricah za zajtrk, kosmičih, mešanicah oreščkov, ter tudi v ocvrtih izdelkih (arašidovo olje), sladoledu, kikirikijevem maslu, sadnih jogurtih, Worcester omaki.
6	Soja	Najdemo jih lahko v žitnih izdelkih (npr. žitaricah, pecivih, testeninah), procesiranem mesu in mesnih izdelkih (npr. paštete, hrenovke, salame), omakah (Worcester omaka), sojinem siru (Tofu) in sojinem olju (izjema je popolnoma rafinirano sojino olje).
7	Mleko	Poleg kravjega tudi kozje, ovčje in mleka drugih živali. Nahaja se tudi v mlečnih izdelkih (jogurt, kisló mleko, kefir, pinjenec, sirotka, skuta, sir, sladka in kislá smetana, sirni namazi, mlečni sladoled, maslo, kazein), kruhu, pekovskem pecivu (npr. žemlje), slaščicah (npr. torte, kremne rezine), čokoladah, mesnih izdelkih (npr. paštete, hrenovke, salame), margarine, rastlinske smetane.
8	Oreški	Mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija, orehi Queensland. Prisotni v nekaterih vrstah kruha, žitnih tablicah, piškotih, krekerjih, raznih sladica, čokoladi, sladoledu, marcipanu (mandljeva pasta), mortadeli s pistacijami, oljih in omakah. Mleti ali drobljeni mandeljni v obliki kosmičev se pogosto uporabljajo v azijskih jedeh.
9	Zelena	Stebila, listi, gomolj in seme zelene. Pogosto prisotna v solatah, nekaterih mesnih izdelkih, juhah in jušnih kockah, pijačah na osnovi paradižnika.
10	Gorčično seme	Tekoča gorčica, gorčica v prahu in gorčično seme. Pogosto najdemo v nekaterih vrstah kruha, marinadah, mesnih izdelkih, solatnih prelivih, omakah (Worcester omaka) in juhah.
11	Sezamovo seme	Prisoten v nekaterih vrstah kruha in pekovskih izdelkov, sezamovem olje, sezamovi pasti (Tahini).
12	Žveplov dioksid in sulfiti	Prisoten kot konzervans pri predpakirnem suhem sadju, mesnih izdelkih, zelenjavi, krompirjevih izdelkih, brezalkoholnih pijačah, vinu in pivu.
13	Volčji bob	Semena in moka. Prisoten v nekaterih vrstah kruha, pit, peciva in testenin. Zelo pogosto tudi sestavina izdelkov brez glutena (npr. moka za peko kruha brez glutena)
14	Mehkužci	Glavonožci (sipe, hobotnice, lignji), školjke (ostrige, klapavice, pokrovače), polži (latvice, morska ušesa, morski zajčki, gološkrgarji). Lahko so prisotni tudi kot sestavina raznih ribjih juh in ribjih koncentratov.