



DOM STAREJŠIH OBČANOV TREBNJE

ZAJTRK

TEDENSKI JEDILNIK od 13.9.2021 DO 19.9.2021

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

ZAJTRK

	PONEDELJEK 13. 09. 2021	TOREK 14.09. 2021	SREDA 15. 09. 2021	ČETRTEK 16. 09. 2021	PETEK 17. 09. 2021	SOBOTA 18.09. 2021	NEDELJA 19. 09. 2021
NAVADNI OBROK	MASLO, ZELENJAVNI NAMAZ (4,7) SALAMA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	PAŠTETA, MASLO (7) SIRČEK ZA MAZANJE (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	EVROKREM(7) SLANINA, SIR (7) PAPRIKA, MASLO(7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MED, V TRDO KUHANA JAJCA(3), MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE	MARMELADA, MASLO (7), SKUTA(7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MED, SIR GAVDA (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), PAŠTETA, SIR(7), MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE
PASIRANI OBROK	AJDOVA KAŠA Z OREHI (7,8) JABOLČNA ČEŽANA	SADNI KOSMIČI(7) Z MIKSANE SLIVE V KOMPOTU	PROSENA KAŠA Z MANDELNJNI, (7,8) HRUŠKE MIKSANE	MLEČNI RIŽ Z LANENIM (7) SERMENOM, MIKSANO SADJE	PŠENIČNI ZDROB NA MLEKU Z LEŠNIKI (7,8) MIKSANE HRUŠKE	PIRINI KOSMIČI S SONČNIMI SEMENI (7,8), MIKSANO SADJE	MLEČNI KUS KUS (7) MIKSANE VIŠNJE
SLADKORNA DIETA	MASLO (7) SALAMA SIR (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	PAŠTETA, BECEL MARGARINA(7) SIRČEK ZA MAZANJE (7) ČAJ, MLEČNI NAPITEK (7), SADJE	EVROKREM(7), SLANINA, SIR (7) PAPRIKA, MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MED, JAJCA (3) MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE	DIETNA, MARMELADA, MASO (7), SKUTA (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), ZELIŠČNI NAMAZ (4,7), SIR GAVDA (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), PAŠTETA, SIR(7), MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE
ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA	MASLO (7) SALAMA SIR (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, JABOLČNA ČEŽANA	PAŠTETA, MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANE SLIVE V KOMPOTU	EVROKREM(7) ZELENJAVNA SLALAMA, SIR(7) MASLO (7) PAPRIKA MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, HRUŠKE MIKSANE.	MASLO (7), MED MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, MIKSANO SADJE	DIETNA MARMELADA MASO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANE HRUŠKE	MASLO (7), ZELIŠČNI NAMAZ (4,7), SIR GAVDA (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE MIKSANO	MASLO (7), PAŠTETA, SIR(7), MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, MIKSANE HRUŠKE.

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

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

ŽELIMO VAM DOBER TEK!



DOM STAREJŠIH OBČANOV TREBNJE

KOSILO

TEDENSKI JEDILNIK od 13.9.2021 DO 19.9.2021

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

KOSILO

	PONEDELJEK 13.09. 2021	TOREK 14.09. 2021	SREDA 15.09. 2021	ČETRTEK 16.09. 2021	PETEK 17.09. 2021	SOBOTA 18.09. 2021	NEDELJA 19.09. 2021
NAVADNI OBROK	MINJONSKA JUHA,KOTLET V NARAVNI OMAKI, (1) KRALJEVSKI KROMPIR ALI TESTENINE (1,3,7) SOLATA.	KOSTNA JUHA Z REZANCI (1,3,7) TELEČJI FRIKASE, ZDROBOVI CMOKI (1,3,7), SOLATA.	MOČNIKOVA JUHA (1,3) LAZANJA (1,3,7) SOLATA.	BUČNA JUHA, PEČEN ZAJČEK PRAŽEN KROMPIR SOLATA.	ZELJNA JUHA ŠPIKANA GOVEDINA, S SLANINO,SKUTINI ŠTRUKLJI, (1,3,7) SOLATA	BOGREČ Z MESOM (1),SADNA REZINA (1,3,7)	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) PEČENKA,PRAŽEN KROMPIR, SOLATA, SOK.
PASIRANI OBROK	MINJONSKA JUHA,GOVEJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI,(1) MIX TESTENINE RDEČA PESA V SOLATI.	KOSTNA JUHA Z REZANCI (1,3,7) TELEČJI FRIKASE KORENČKOV PIRE (7) CVETAČNA SOLATA.	MOČNIKOVA JUHA (1,3),GOVEJA MESNA OMAKA, PIRE (7) MEŠANA ZELENJAVA V SOLATI.	BUČNA JUHA, PEČEN ZAJČEK PRAŽEN KROMPIR SOLATA.	ZELJNA JUHA ŠPIKANA GOVEDINA, S KORENČKOM KUS KUS, RDEČA PESA V SOLATI	BORANJA Z MESOM (1),SADNA REZINA (1,3,7)	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) PEČENKA,PRAŽEN KROMPIR, BROKOLI MIX V SOLATI,SOK.
SLADKORNA DIETA	MINJONSKA JUHA,GOVEJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI,MIX TESTENINE SOLATA.	KOSTNA JUHA Z REZANCI (1,3,7) TELEČJI FRIKASE KORENČKOV PIRE (7) SOLATA	MOČNIKOVA JUHA (1,3) LAZANJA Z ZELENJAVO (1,3,7) SOLATA	BUČNA JUHA, PEČEN ZAJČEK PRAŽEN KROMPIR SOLATA.	ZELJNA JUHA ŠPIKANA GOVEDINA, S KORENČKOM KUS KUS, SOLATA	BORANJA Z MESOM,DIETNA (1),SADNA REZINA (1,3,7)	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) TELEČJA PEČENKA, PETRŠILJEV KROMPIR SOLATA, SOK.
ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA	MINJONSKA JUHA,GOVEJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI,(1) MIX TESTENINE RDEČA PESA V SOLATI .	KOSTNA JUHA Z REZANCI (1,3,7) TELEČJI FRIKASE KORENČKOV PIRE (7)CVETAČA V SOLATI	JUHA (1,3),GOVEJA MESNA OMAKA, PIRE (7) MEŠANA ZELENJAVA V SOLATI.	BUČNA JUHA, PEČEN ZAJČEK PRAŽEN KROMPIR SOLATA.	ZELJNA JUHA ŠPIKANA GOVEDINA, S KORENČKOM KUS KUS, RDEČA PESA V SOLATI	BORANJA Z MESOM,DIETNA (1),SADNA REZINA (1,3,7)	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) TELEČJA PEČENKA PETRŠILJEV KROMPIR,BROKOLI MIX V SOLATI, DIA SOK.

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

ŽELIMO VAM DOBER TEK!

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



DOM STAREJŠIH OBČANOV TREBNJE

VEČERJA

TEDENSKI JEDILNIK od 13.9.2021 DO 19.9.2021

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

VEČERJA	PONEDELJEK 13.09.2021	TOREK 14.09.2021	SREDA 15.09.2021	ČETRTEK 16.09.2021	PETEK 17.09.2021	SOBOTA 18.09.2021	NEDELJA 19.09.2021
NAVADNI OBROK	SIROV BUREK (1,3,7) JOGURT(7) ALI MLEČNI MOČNIK (1,3,7)	KMEČKA KROMPIRJEVA JUHA,BREKEV KOMPOT ALI MLEČNA KAŠA(7)	PEČENE PERUTKE, KUMARE V SOLATI ALI MLEČNI RIŽ(7)	SOJIN POLPET S SLADKIM ZELJEM (1,6)ALI MLEČNI ZDROB (7)	PIŠČANČJA ZLOŽENKA, (1,3,7)SOLATA ALI MLEČNI KUS KUS (7)	TESTENINE Z JAJCI IN ŠUNKO SOLATA,ALI MLEČNA KAŠA(7).	OGRSKA JUHA,KOMPOT ALI MLEČNI MOČNIK (1,3,7)
PASIRANI OBROK	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO, JOGURT (7)	KMEČKA KROMPIRJEVA JUHA,BREKEV KOMPOT	MINEŠTRONE Z GOVEJIM MESOM BANANINO MLEKO(7).	PEČENA TELETINA S SLADKIM ZELJEM	PIŠČANČJA ZLOŽENKA, (1,3,7)SOLATA	TELEČJA ČORBA JOGURT.	OGRSKA J
SLADKORNA DIETA	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO, JOGURT (7)	KMEČKA KROMPIRJEVA JUHA,BREKEV KOMPOT	MINEŠTRONE Z GOVEJIM MESOM BANANINO MLEKO(7).	PEČENA TELETINA S SLADKIM ZELJEM	PIŠČANČJA ZLOŽENKA, (1,3,7)SOLATA	GRAHAM TESTENINE Z JAJCI,SOLATA	OGRSKA JUHA,KOMPOT
ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO, JOGURT (7)	KMEČKA KROMPIRJEVA JUHA,BREKEV KOMPOT	MINEŠTRONE Z GOVEJIM MESOM BANANINO MLEKO(7).	PEČENA TELETINA S SLADKIM ZELJEM	PIŠČANČJA ZLOŽENKA, (1,3,7)SOLATA	TELEČJA ČORBA JOGURT.	OGRSKA JUHA,KOMPOT

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

ŽELIMO VAM DOBER TEK!

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

DOM STAREJŠIH OBČANOV TREBNJE

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

Uredba (EU) št. 1169/2011 o zagotavljanju informacij potrošnikom, v 44. členu določa, da so podatki o alergeni, kadar so ti prisotni v končnem proizvodu, obvezni tudi za nepredpakirana živila ponujena za prodajo končnemu potrošniku. SEZNAM SESTAVIN ALI PROIZVODOV, ki povzročajo alergije ali preobčutljivost – ALERGENI (od 1 do 14):

	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, kislo 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	Žveplovi 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.

Opomba: 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.

Tedenski jedilnik pripravila: Darinka Brzin, inž.živ. in preh., vodja prehrane DSO Trebnje