



# DOM STAREJŠIH OBČANOV TREBNJE

## ZAJTRK

**TEDENSKI JEDILNIK od 9. 5. 2022 do 15. 5. 2022**

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

ZAJTRK	PONEDELJEK 9.5.2022	TOREK 10.5.2022	SREDA 11.5.2022	ČETRTEK 12.5.2022	PETEK 13.5.2022	SOBOTA 14.5.2022	NEDELJA 15.5.2022
<b>NAVADNI OBROK</b>	MASLO (7), MED (3) MARMELADA MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	PIŠČANČJA SALAMA, SIR(7) PAPRIKA MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	TAMAR NAMAZ(7), MASLO(7), MED EVROKREM (7),SIRČEK (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE.	MASLO (7), PAŠTETA, SIR(7),MLEČNI NAPITEK(7),ČAJ, SADJE	MASLO (7), MARMELADA, SIR GAVDA (7),MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MED,V TRDO KUHANO JAJCE (3) MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MARMELADA SLANINA.MLEČNI NAPITEK(7),ČAJ, SADJE
<b>PASIRANI OBROK</b>	MLEČNI RIŽ Z OREHI (7,8), JABOLČNA ČEŽANA	PŠENIČNI ZDROB NA MLEKU Z BUČNIM SEMENOM (7,8), MIKSANE HRUŠKE	PROSENA KAŠA Z LEŠNIKI (8), MIKSANO SADJE	MLEČNI KUS KUS (7), MIKSANE VIŠNJE	PIRINI KOSMIČI S SONČNIMI SEMENI (7,8), MIKSANO SADJE	MLEČNI RIŽ Z LANENIM (7) SEMENOM, MIKSANO SADJE	MLEČNI KUS KUS (7), MIKSANE HRUŠKE
<b>SLADKORNA DIETA</b>	MARGARINA BECEL (7), MED, MASLO MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	PIŠČANČJA SALAMA,SIR (7),PAPRIKA MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	PUSTA SKUTA (7) MED,EVROKREM, (7) KUMARICA BECEL MARGARINA(7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), PAŠTETA, SIR(7), MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MARMELADA SIR GAVDA (7),MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7),DIETNI MED, (3) MLEČNI NAPITEK(7),ČAJ, SADJE	MASLO (7), MARMELADA SIRČEK(7), MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE
<b>ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA</b>	MASLO (7), MED, MARMELADA, MLEČNI NAPITEK (7),ČAJ, JABOLČNA ČEŽANA.	SALAMA,SIR(7) MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANE HRUŠKE	PUSTA SKUTA,MED SIR (7), MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANO SADJE	MASLO (7), PAŠTETA, SIR(7),MLEČNI NAPITEK(7),ČAJ, MIKSANE VIŠNJE	MASLO(7), MARMELADA, SIR GAVDA(7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANO SADJE	MASLO (7), MED MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, MIKSANO SADJE	MASLO (7), MARMELADA SIRČEK(7),MLEČNI NAPITEK(7),ČAJ, MIKSANE HRUŠKE.

Alergeni v živilih so označeni s številkami 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 9. 5. 2022 do 15. 5. 2022

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

KOSILO	PONEDELJEK 9.5.2022	TOREK 10.5.2022	SREDA 11.5.2022	ČETRTEK 12.5.2022	PETEK 13.5.2022	SOBOTA 14.5.2022	NEDELJA 15.5.2022
<b>NAVADNI OBROK</b>	BUČNO KREMNA JUHA,(1,7), PLESKAVICA V PARADIŽNIKOVI OMAKI(1), PIRE KROMPIR(7), SOLATA.	PRIMORSKI LONEC, SADNA ROLADA (1,3,7)	PREŽGANKINA JUHA(1,3), PRAŽEN KROMPIR, DUNAJSKI ZREZEK (1,3) ZELENJAVNA PRILOGA Z MASLOM(7), SOLATA	BROKOLI JUHA S AJDOVO KAŠO(1), PAPRIKAŽ IZ SVINSKEGA MESA(1), DUŠEN RIŽ Z GRAHOM, SOLATA	KOSTNA JUHA (1,3), KROMPIR Z MASLOM(7), PEČENI FILE POSTRVI, TRŽAŠKA OMAKA, SOLATA.	ZELENJAVNA JUHA, ZELJNE KRPICE Z MESOM(1,3), PALAČIKA Z MARMELADO (1,3,7,)	KOSTNA JUHA Z REZANCI(1,3), GOVEJI ZREZKI V ČEBULNI OMAKI, ŠIROKI REZANCI(1,3), SOLATA
<b>PASIRANI OBROK</b>	BUČNO KREMNA JUHA,(1,7), PLESKAVICA V PARADIŽNIKOVI OMAKI(1), PIRE KROMPIR(7), SOLATA.	PRIMORSKI LONEC, SADNA ROLADA (1,3,7)	PREŽGANKINA JUHA(1,3), TLAČEN KROMPIR, NARAVNI ZREZEK V OMAKI (1) ZELENJAVNA PRILOGA Z MASLOM(7), SOLATA	BROKOLI JUHA S AJDOVO KAŠO(1), PAPRIKAŠ IZ SVINSKEGA MESA(1), DUŠEN RIŽ Z GRAHOM, SOLATA	KOSTNA JUHA (1,3), KROMPIR Z MASLOM(7), MESNA OMAKA, SOLATA.	ZELENJAVNA JUHA, SLADKO ZELJE Z MESOM(1,3), PALAČIKA Z MARMELADO (1,3,7,)	KOSTNA JUHA Z REZANCI(1,3), GOVEJI ZREZKI V ČEBULNI OMAKI, ŠIROKI REZANCI(1,3), SOLATA
<b>SLADKORNA DIETA</b>	BUČNO KREMNA JUHA,(1,7), PLESKAVICA V NARAVNI OMAKI(1), PIRE KROMPIR(7), SOLATA.	PRIMORSKI LONEC, SADNA ROLADA (1,3,7)	PREŽGANKINA JUHA(1,3), PRAŽEN KROMPIR, DUNAJSKI ZREZEK (1,3) ZELENJAVNA PRILOGA Z MASLOM(7), SOLATA	BROKOLI JUHA S AJDOVO KAŠO(1), PAPRIKAŠ IZ PIŠČANČJEGA MESA(1), DUŠEN RIŽ Z GRAHOM, SOLATA	KOSTNA JUHA KROMPIR Z MASLOM(7), PEČENI FILE POSTRVI, TRŽAŠKA OMAKA, SOLATA.	ZELENJAVNA JUHA, SLADKO ZELJNE Z MESOM(1,3), PALAČIKA Z DIETNO MARMELADO (1,3,7,)	KOSTNA JUHA Z REZANCI(1,3), GOVEJI ZREZKI V ČEBULNI OMAKI, GRAHAM REZANCI(1,3), SOLATA
<b>ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA</b>	BUČNO KREMNA JUHA,(1,7), PLESKAVICA V NARAVNI OMAKI(1), PIRE KROMPIR(7), SOLATA.	ZAJČJA OBARA Z ŽLIČNIKI, SADNA ROLADA (1,3,7)	PREŽGANKINA JUHA(1,3), PRAŽEN KROMPIR, DUNAJSKI ZREZEK (1,3) ZELENJAVNA PRILOGA Z MASLOM(7), SOLATA	BROKOLI JUHA S AJDOVO KAŠO(1), PAPRIKAŠ IZ PIŠČANČJEGA MESA(1), DUŠEN RIŽ Z GRAHOM, SOLATA	KOSTNA JUHA (1,3), KROMPIR Z MASLOM(7), PEČENI FILE POSTRVI, SOLATA.	ZELENJAVNA JUHA, ZELJNE KRPICE Z MESOM(1,3), PALAČIKA Z MARMELADO (1,3,7,)	KOSTNA JUHA Z REZANCI(1,3), GOVEJI ZREZKI V NARAVNI OMAKI, ŠIROKI REZANCI(1,3), SOLATA

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 9. 5. 2022 do 15. 5. 2022

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

VEČERJA	PONEDELJEK 9.5.2022	TOREK 10.5.2022	SREDA 11.5.2022	ČETRTEK 12.5.2022	PETEK 13.5.2022	SOBOTA 14.5.2022	NEDELJA 15.5.2022
<b>NAVADNI OBROK</b>	MINEŠTRONE Z GOVEJIM MESOM(1,3), PEČENAO JABOLKO, ALI MLEČNA POLENTA(7)	KMEČKI ŠTRUKLJI NA JUHI(1,3,7), ALI MLEČNI ZDROB (7)	KREMNA ŠPINAČA (7), PIRE KROMPIR(7), PIŠČANČJA HRENOVKA ALI MLEČNI KUS KUS	PIZZA S SALAMO IN SIROM(1,7), JABOLČNI KOMPOT	JETRCA V OMAKI POLENTA(7), SOLATA ALI MLEČNI RIŽ(7)	BOGREČ JABOLČNI KOMPOT ALI MLEČNI RIŽ(7)	PEČEN MESNI SIR(1,3), KROMPIRJEVA SOLATA S KUMARICAMI ALI MLEČNA POLENTA(1,3,7)
<b>PASIRANI OBROK</b>	MINEŠTRONE Z GOVEJIM MESOM(1,3), PEČENAO JABOLKO	KROMPIRJEVA JUHA S KOLERABO, SADNA SOLATA.	KREMNA ŠPINAČA PIRE KROMPIR(7) PIŠČANČJA HRENOVKA ALI MLEČNI KUS KUS	RIŽEVA JUHA Z MESOM IN ZELENJAVO, JABOLČNI KOMPOT	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO IN PURANOM(7)	BOGREČ JABOLČNI KOMPOT	PEČEN MESNI SIR(1,3), (1,3,4), KROMPIRJEVA SOLATA S KUMARICAMI
<b>SLADKORNA DIETA</b>	MINEŠTRONE Z GOVEJIM MESOM(1,3), PEČENAO JABOLKO	KROMPIRJEVA JUHA S KOLERABO, SADNA SOLATA.	KREMNA ŠPINAČA (7), PIRE KROMPIR(7), PIŠČANČJA HRENOVKA ALI MLEČNI KUS KUS	RIŽEVA JUHA Z MESOM IN ZELENJAVO, JABOLČNI KOMPOT	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO IN PURANOM(7)	BOGREČ JABOLČNI KOMPOT	PEČEN MESNI SIR(1,3), KROMPIRJEVA SOLATA S KUMARICAMI
<b>ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA</b>	MINEŠTRONE Z GOVEJIM MESOM(1,3), PEČENAO JABOLKO	KROMPIRJEVA JUHA S KOLERABO, SADNA SOLATA.	KREMNA ŠPINAČA (7), PIRE KROMPIR(7), PIŠČANČJA HRENOVKA ALI MLEČNI KUS KUS	RIŽEVA JUHA Z MESOM IN ZELENJAVO, JABOLČNI KOMPOTM	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO IN PURANOM(7)	PURANJA JUHA JABOLČNI KOMPOT	PEČEN MESNI SIR(1,3), KROMPIRJEVA SOLATA S KORENČKOM.

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.

## 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 alergenih, 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	<b>Žita, ki vsebujejo gluten</b>	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	<b>Raki</b>	Rakovice, jastogi, kozice, škampi, potočni raki in drugi za prehrano pomembni raki.
3	<b>Jajca</b>	Kokošja jajca, prepeličja, gosja in račja jajca. Jajca so prisotna v slaščicah (npr. torte, kremne rezine, piškoti, biskvitna peciva, krofi, palačinke), testeninah, zakuhah 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	<b>Ribe</b>	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	<b>Arašidi (kikiriki)</b>	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	<b>Soja</b>	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	<b>Mleko</b>	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	<b>Oreški</b>	Mandlji, lešniki, orehi, indijski oreščki, ameriški orehi, brazilski oreščki, pistacija, makadamija, orehi Queensland. Prisotni v nekaterih vrstah kruha, žitnih tablicah, piškotih, krekerjih, raznih sladicah, 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	<b>Zelena</b>	Stebila, listi, gomolj in seme zelene. Pogosto prisotna v solatah, nekaterih mesnih izdelkih, juhah in jušnih kockah, pijačah na osnovi paradižnika.
10	<b>Gorčično seme</b>	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	<b>Sezamovo seme</b>	Prisoten v nekaterih vrstah kruha in pekovskih izdelkov, sezamovem olje, sezamovi pasti (Tahini).
12	<b>Žveplov dioksid in sulfiti</b>	Prisoten kot konzervans pri predpakirnem suhem sadju, mesnih izdelkih, zelenjavi, krompirjevih izdelkih, brezalkoholnih pijačah, vinu in pivu.
13	<b>Volčji bob</b>	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	<b>Mehkužci</b>	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.