



# DOM STAREJŠIH OBČANOV TREBNJE

# ZAJTRK

## TEDENSKI JEDILNIK od 19.7.2021 do 25.7.2021

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

ZAJTRK	PONEDELJEK 19.7.2021	TOREK 20.7.2021	SREDA 21.7.2021	ČETRTEK 22.7.2021	PETEK 23.7.2021	SOBOTA 24.7.2021	NEDELJA 25.7.2021
<b>NAVADNI OBROK</b>	MASLO, MED (7), MARMELADA MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	PAŠTETA, MASLO (7) SIRČEK ZA MAZANJE (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	EVROKREM(7) ŠUNKA, SIR (7) KUMARICA MASLO(7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MED, V TRDO KUHALO JAJCE (3) MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE	PAŠTETA, MASLO (7), PUSTA SKUTA MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MED (4,7), SIR GAVDA (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MARMELADA SLANINA MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE
<b>PASIRANI OBROK</b>	MLEČNA AJDOVA KAŠA (7) JABOLČNA ČEŽANA	SADNI KOSMIČI(7) Z MIKSANE VIŠNJE V KOMPOTU	PROSENA KAŠA Z MANDELNJNI,(7,8) SADNA ČEŽANA	MLEČNI RIŽ Z LANENIM (7) SEMENOM, MIKSANO SADJE	PŠENIČNI ZDROB NA MLEKU Z LEŠNIKI (7,8) MIKSANE HRUŠKE	PIRINI KOSMIČI S SONČNIMI SEMENI (7,8), MIKSANO MEŠANO SADJE	MLEČNI KUS KUS (7) MIKSANE HRUŠKE
<b>SLADKORNA DIETA</b>	BECEL MARGARINA, MED (7), MARMELADA MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	PAŠTETA, SIRČEK ZA MAZANJE (7) MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE	EVROKREM(7) ŠUNKA, SIR (7) KUMARICA MASLO(7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), DIETNI MED, (3) MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE	PAŠTETA, MASO (7), TAMAR NAMAZ (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), ZELIŠČNI NAMAZ (4,7), SIR GAVDA (7), 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	PAŠTETA, MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANE SUHE SLIVE V KOMPOTU	EVROKREM(7) MORTADELA, SIR(7) MASLO MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, JABOLČNA ČEŽANA	MASLO (7), MED MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, MIKSANO SADJE	PAŠTETA, MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANE HRUŠKE	MASLO (7), ZELIŠČNI NAMAZ (4,7), SIR GAVDA (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANO MEŠANO 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 19.7.2021 do 25.7.2021

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

## KOSILO

	PONEDELJEK 19.7. 2021	TOREK 20.7.2021	SREDA 21.7.2021	ČETRTEK 22.7.2021	PETEK 23.7.2021	SOBOTA 24.7.2021	NEDELJA 25.7.2021
<b>NAVADNI OBROK</b>	ZELENJAVNA KREMNA JUHA (1,7) STROČJI FIŽOL S KROMPIRJEM OCVIRKI IN KISLO SMETANO (7) HRENOVKO ALI KLOBASO, SLADOLED (7)	KROMPIRJEV GOLAŽ Z GOVEDINO,(1) ŠAHOVNICA (1,3,7)	KOSTNA JUHA, (1,3) PEČENA REBRCA, DUŠEN OHROVT PIRE KROMPIR SOLATA.	CVETAČNA JUHA, (1,3) PEČEN PIŠČANEC V PEHTRANOVI OMAKI ZELENJAVNI RIŽ,SOLATA.	ŠPARGLJEVA JUHA (1,7) PARIŠKI ZREZEK (1,3) SESTAVLJENA SOLATA	GOBOVA JUHA S POPEČENIMI KRUHKI,GOVEJI ZREZEK V ČEBULNI OMAKI, TESTENINE (1,3)SOLATA.	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) PEČENO SVINSKO STEGNO,PRAŽEN KROMPIR,SOLATA.
<b>PASIRANI OBROK</b>	ZELENJAVNO KREMNA JUHA STROČJI FIŽOL S KROMPIRJEM OCVIRKI IN KISLO SMETANO (7) HRENOVKA SLADOLED (7)	KROMPIRJEV GOLAŽ Z GOVEDINO,(1) ŠAHOVNICA (1,3,7).	KOSTNA JUHA,(1,3) NADEVANA REBRCA,(1,3,7) DUŠEN OHROVT PEČEN KROMPIR SOLATA	CVETAČNA JUHA Z REZANCI (1,3) PEČEN PIŠČANEC, ZELENJAVNI RIŽ,SOLATA.	ŠPARGLJEVA JUHA (1,7) PARIŠKI ZREZEK (1,3) SESTAVLJENA SOLATA	GOBOVA JUHA S POPEČENIMI KRUHKI,GOVEJI ZREZEK V ČEBULNI OMAKI, PIRE(7), CVETAČNA SOLATA.	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) PEČENO SVINSKO STEGNO,PRAŽEN KROMPIR,SOLATA
<b>SLADKORNA DIETA</b>	ZELENJAVNO KREMNA JUHA STROČJI FIŽOL S KROMPIRJEM IN HRENOVKO.SADNI SMUTI.	DIETNI KROMPIRJEV GOLAŽ Z GOVEDINO,(1) DIETNA SLADICA (1,3,7).	KOSTNA JUHA, (1,3) PEČENA TELETINA PETRŠILJEV KROMPIR SOLATA	CVETAČNA JUHA Z REZANCI (1,3) PEČEN PIŠČANEC, ZELENJAVNI RIŽ,SOLATA.	ŠPARGLJEVA JUHA (1,7) PEČEN ZREZEK (1,3) SESTAVLJENA SOLATA	ZELENJAVNA JUHA S POPEČENIMI KRUHKI, GOVEJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI, PIRE(7),SOLATA	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) PEČENO TELEČJE STEGNO,PRAŽEN KROMPIR,SOLATA
<b>ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA</b>	ZELENJAVNO KREMNA JUHA MEŠANA ZELENJAVA S KROMPIRJEM IN HRENOVKO, SADNI SMUTI.	DIETNI KROMPIRJEV GOLAŽ Z GOVEDINO,(1) DIETNA SLADICA (1,3,7).	KOSTNA JUHA, (1,3) PEČENA TELETINA PETRŠILJEV KROMPIR SOLATA	CVETAČNA JUHA Z REZANCI (1,3) PEČEN PIŠČANEC, ZELENJAVNI RIŽ,SOLATA.		ZELENJAVNA JUHA GOVEJI ZREZEK V NARAVNI OMAKI, PIRE(7) CVETAČNA SOLATA	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) PEČENO TELEČJE STEGNO,PRAŽEN KROMPIR, RDEČA PESA V SOLATI

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 19.7.2021 do 25.7.2021

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

VEČERJA	PONEDELJEK 19.7. 2021	TOREK 20.7. 2021	SREDA 21.7. 2021	ČETRTEK 22.7. 2021	PETEK 23.7. 2021	SOBOTA 24.7.2021	NEDELJA 25.7.2021
<b>NAVADNI OBROK</b>	JETRCA V OMAKI POLENTA SOLATA ALI MLEČNI RIŽ(7)	VODNI ŽLIČNIKI Z DROBTINAMI (1,3,7) ZELENA SOLATA ALI MLEČNI ZDROB (7)	GOBOVA RIŽOTA SOLATA ALI MLEČNI MOČNIK (1,3,7)	KREMNA ŠPINAČA S PRILOGO (7) PIŠČANČJE NABODALO ALI MLEČNI KUS KUS.	JUHA ,GOVEDINA V SOLATI PECIVO Z JABOLKI(1,3,7) ALI MLEČNA KAŠA(7)	ZDROBOV NARASTEK Z MARELIČNIM PRELIVOM (3,7)	OCVRT MESNI SIR(1,3,4),KROMPI RJEVA SOLATA S KUMARICAMI ALI MLEČNI MOČNIK (1,3,7)
<b>PASIRANI OBROK</b>	PIŠČANČJI TRAKCI V OMAKI POLENTAPESA V SOLATI.	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO IN PURANOM.	TELEČJA OBARA Z ŽLIČNIKI(1,3,7), PUDING (1,7)	KREMNA ŠPINAČA S PRILOGO (7) PIŠČANČJE NABODALO	JUHA ,GOVEDINA V SOLATI PECIVO Z JABOLKI(1,3,7)	ZDROBOV NARASTEK Z MARELIČNIM PRELIVOM (3,7)	OCVRTA RIBA (1,3,4),KROMPIRJE VA SOLATA S KUMARICAMI
<b>SLADKORNA DIETA</b>	PIŠČANČJI TRAKCI V OMAKI POLENTA ,PESA V SOLATI.	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO IN PURANOM.	TELEČJA OBARA Z ŽLIČNIKI(1,3,7), PUDING S SADJEM (1,7)	KREMNA ŠPINAČA S PRILOGO (7) PIŠČANČJE NABODALO	JUHA ,GOVEDINA V SOLATI PECIVO Z JABOLKI(1,3,7)	ZELENJAVNA JUHA ,MARELIČNI KOMPOT.	OCVRTA RIBA (1,3,4),KROMPIRJE VA SOLATA S KUMARICAMI
<b>ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA</b>	PIŠČANČJI TRAKCI V OMAKI POLENTAK,PESA V SOLATI.	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO IN PURANOM.	TELEČJA OBARA Z ŽLIČNIKI(1,3,7), PUDING S SADJEM (1,7)	KREMNA ŠPINAČA S PRILOGO (7) PIŠČANČJE NABODALO	JUHA ,GOVEDINA V SOLATI PECIVO Z JABOLKI(1,3,7)	ZELENJAVNA JUHA ,MARELIČNI KOMPOT.	PEČENA RIBA (4),KROMPIRJEVA SOLATA S KORENČKOM.

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

**ŽELIMO VAM DOBER TEKI!**

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 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, mešanica 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, mešanica 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, kisl mleko, kefir, pinjenec, sirotka, skuta, sir, sladka in kisl 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 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	<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, gološkrgerji). 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.