



DOM STAREJŠIH OBČANOV TREBNJE

ZAJTRK

TEDENSKI JEDILNIK od 9.1.2023 do 15.1.2023

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

ZAJTRK

	PONEDELJEK 9.1.2023	TOREK 10.01.2023	SREDA 11.01.2023	ČETRTEK 12.01.2023	PETEK 13.01.2023	SOBOTA 14.01.2023	NEDELJA 15.01.2023
NAVADNI OBROK	MASLO (7), MED, SIR GAVDA (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	PAŠTETA, ZELIŠČNI NAMAZ (7), SUHA SALAMA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	EVROKKREM (7), HRENOVKE, MASLO (7), ŽEMLJA (1,3) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	SALAMA, SIR ZDENKA (7), MASLO (7), PEČENA PAPRIKA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	TAMAR NAMAZ (7), MASLO (7), MARMELADA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	TUNIN NAMAZ (4,7), MASLO (7), MED, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	SIR (7), ZELENJAVNA SALAMA, MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE
PASIRANI OBROK	MLEČNI MOČNIK S LEŠNIKI (7,8), BRESKOV KOMPOT	MLEČNI RIŽ (7), JABOLČNA ČEŽANA	SADNI KOSMIČI (7), ZMIKSANE SUHE SLIVE V KOMPOTU	PŠENIČNI ZDROB NA MLEKU (7), ZMIKSANE HRUŠKE	PIRINI KOSMIČI S SONČNČNIČNIMI SEMENI (7,8), ZMIKSANO SADJE	MLEČNI MOČNIK (1,3,5), ZMIKSANO SADJE	MLEČNI KUS KUS (7), JABOLČNA ČEŽANA
SLADKORNA DIETA	MASLO (7), DIETNI MED, SIR GAVDA (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ	PAŠTETA, ZELIŠČNI NAMAZ (7), SUHA SALAMA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	HRENOVKE, POVNOZRNATE ŽEMLJICE TEMNA (1,3) (MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	SALAMA, SIR ZDENKA (7), PEČENA PAPRIKA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	TAMAR NAMAZ (7) MASLO (7), MARMELADA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	TUNIN NAMAZ (4,7), MASLO (7), DIETNI MED, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	SIR (7), ZELENJAVNA SALAMA, MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE
ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA	MASLO (7), MED, SIR GAVDA (7), ČRNA ŽEMLJA (1,7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, BRESKOV KOMPOT	PAŠTETA, ZELIŠČNI NAMAZ (7), SUHA SALAMA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, JABOLČNA ČEŽANA	HRENOVKE, MLEČNI NAPITEK (7), ŽEMLJA(1,3) ČAJ, SLIVE V KOMPOTU	SALAMA, SIR ZDENKA (7), PEČENA PAPRIKA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, ZMIKSANE HRUŠKE	TAMAR NAMAZ (7) MASLO (7), MARMELADA, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	MASLO (7), MED, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	SIR (7), ZELENJAVNA SALAMA, MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, JABOLČNA ČEŽANA

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 09.01.2023 do 15.01.2023

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

KOSILO	PONEDELJEK 09.01.2023	TOREK 10.01.2023	SREDA 11.01.2023	ČETRTEK 12.01.2023	PETEK 13.01.2023	SOBOTA 14.01.2023	NEDELJA 15.01.2023
NAVADNI OBROK	CVETAČNA JUHA, GOVEJI GOLAŽ (1) AJDOVI ŽGANCI (1), SOLATA	ZELENJAVNA KREMNA JUHA MESNA PEČENKA (1,3) PIRE KROMPIR (7), KORENČEK V OMAKI, (1) SOLATA	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3), PEČEN PIŠČANEC,MASLENI RIŽ, SOLATA	PREŽGANKA(1,3) ZELJNA ZLOŽENKA,PIRE(7)	KOSTNA JUHA Z RIBANKO (1,3), ZAJČEK V VRTNARSKI OMAKI, TRAHONJA (1,3), SOLATA	BOGREČ Z MESOM, KODRASTE TESTENINE (1,3,7) SOLATA.	GOVEJA JUHA S REZANCI (1.3), KUHANA GOVEDINA, , PRAŽEN KROMPIR, HREN, SOLATA.
PASIRANI OBROK	CVETAČNA JUHA, GOVEJI GOLAŽ (1), BELI ZDROB (1)	ZELENJAVNA KREMNA JUHA S ZAKUHO (1,3), MESNA PEČENKA (1,3) PIRE KROMPIR (7) KORENČEK V OMAKI (1), SOLATA)	GOVEJA JUHA S Z REZANCI (1,3), PEČEN PIŠČANEC, DUVEČ RIŽ, KUHANA SOLATA	PREŽGANKA(1,3) ZELJNA ZLOŽENKA,PIRE(7)	KOSTNA JUHA Z RIBANKA (1,3), PURANJI ZREZEK PO VRTNARSKO, TLAČEN KROMPIR, SOLATA	BOGREČ Z MESOM, KUS KUS (1,3,7) SOLATA.	GOVEJA JUHA S REZANCI, KUHANA GOVEDINA, PRAŽEN KROMPIR HREN, SOLATA.
SLADKORNA DIETA	CVETAČNA JUHA, GOVEJI GOLAŽ (1), VODNI VLIIVANCI (1,3), SOLATA	ZELENJAVNA KREMNA JUHA S ZAKUHO (1,3), MESNA PEČENKA (1,3) PIRE KROMPIR (7), KORENČEK V OMAKI, (1) SOLATA	GOVEJA JUHA S Z REZANCI (1,3), PEČEN PIŠČANEC, DUVEČ RIŽ, KUHANA SOLATA	PREŽGANKA(1,3) ZELJNA ZLOŽENKA,PIRE(7)	KOSTNA JUHA Z ZAKUHO (1,3), PURANJI ZREZEK PO VRTNARSKO, TLAČEN KROMPIR, SESTAVLJENA SOLATA	BOGREČ Z MESOM, PIRINE TESTENINE (1,3,7) SOLATA.	GOVEJA JUHA S ZAKUHO, KUHANA GOVEDINA, PRAŽEN KROMPIR, HREN, SOLATA.
ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA	CVETAČNA JUHA, GOVEJI GOLAŽ (1), VODNI VLIIVANCI (1,3), SOLATA	ZELENJAVNA KREMNA JUHA S ZAKUHO (1,3), MESNA PEČENKA (1,3) PIRE KROMPIR (7), KORENČEK V OMAKI, (1) SOLATA	GOVEJA JUHA S Z REZANCI (1,3), PEČEN PIŠČANEC, DUVEČ RIŽ, SOLATA	PREŽGANKA (1,3) SLADKO ZELJE Z MESOM .	KOSTNA JUHA Z REZANCI (1,3), PURANJI ZREZEK PO VRTNARSKO, TLAČEN KROMPIR, SESTAVLJENA SOLATA	BOGREČ Z MESOM, KUS KUS (1,3,7) SOLATA.	GOVEJA JUHA S ZAKUHO, GOVEDINA SLAN KROMPIR, ZELENJAVA 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 9.01.2023 do 15.01.2023

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

VEČERJA	PONEDELJEK 09.14.2023	TOREK 10.01.2023	SREDA 11.01.2023	ČETRTEK 12.01.2023	PETEK 13.01.2023	SOBOTA 14.01.2023	NEDELJA 15.01.2023
NAVADNI OBROK	KROMPIRJEVA JUHA S SLANINO, PROSENA KAŠA S JABOLKI (1,3,5,7), MLEČNI RIŽ.(7)	VAMPI S KROMPIRJEM, MEŠANI KOMPOT, MLEČNI ZDOB(1,7)	ZAROŠTAN MOČNIK S SUHIMI SLIVAMI (1,3,7)	OCVIRKOVA POTICA (1,3,7) NAPITEK ALI MLEČNI KUS KUS (7)	PIŠČANČJI PAPIKAŠ (1), TESTENINE (1,3) MLEČNI KUS KUS (1,7)	SIROVI TORTELINI (1,3) SOLATA ALI MLEČNI RIŽ (7)	ZELENJAVNA ENOLONČNICA, EGO JOGURT (7)
PASIRANI OBROK	KROMPIRJEVA JUHA S SLANINO, PROSENA KAŠA S JABOLKI (1,3,5,7), MLEČNI RIŽ.(7)	VAMPI S KROMPIRJEM, MEŠANI KOMPOT, MLEČNI ZDOB (1,7)	GOVEJA JUHA Z ZELENJAVO IN MESOM.	CVETAČNA JUHA Z PROSENO KAŠO.	PIŠČANČJI PAPIKAŠ (1), TESTENINE (1,3) MLEČNI KUS KUS (1,7)	MINEŠTRONE Z MESOM ,PEČENO JABOLKO.	ZELENJAVNA ENOLONČNICA, EGO JOGURT (7)
SLADKORNA DIETA	KROMPIRJEVA JUHA S SLANINO, PROSENA KAŠA S JABOLKI (1,3,5,7), MLEČNI RIŽ(7)	PURAN S KROMPIRJEM, MEŠANI KOMPOT,	GOVEJA JUHA Z ZELENJAVO IN MESOM.	OCVIRKOVA POTICA (1,3,7) NAPITEK ALI MLEČNI KUS KUS (7)	STOČJI FIŽOL S KROMPIRJEM, OCVIRKI IN KISLO SMETANO (7)	MINEŠTRONE Z MESOM ,PEČENO JABOLKO	ZELENJAVNA ENOLONČNICA, EGO JOGURT (7)
ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA	KROMPIRJEVA JUHA S SLANINO, PROSENA KAŠA S JABOLKI (1,3,5,7), MLEČNI RIŽ (7)	PURAN S KROMPIRJEM, MEŠANI KOMPOT, MLEČNI ZDOB(1,7)	GOVEJA JUHA Z ZELENJAVO IN MESOM.	CVETAČNA JUHA Z PROSENO KAŠO	PIŠČANČJI PAPIKAŠ (1), SLAN KROMPIR	MINEŠTRONE Z MESOM ,PEČENO JABOLKO	ZELENJAVNA ENOLONČNICA, EGO JOGURT (7)

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 pridružujemo 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	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, mešanica 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, mešanica 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, kislomleko, kefir, pinjenec, sirotka, skuta, sir, sladka in kislometana, 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 izdelkih, 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, gološkrjarji). 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.