



# DOM STAREJŠIH OBČANOV TREBNJE

## ZAJTRK

### TEDENSKI JEDILNIK od 4.9.2023 do 10.9.2023

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

ZAJTRK	PONEDELJEK 4.9.2023	TOREK 5.9.2023	SREDA 6.9.2023	ČETRTEK 7.9.2023	PETEK 8.9.2023	SOBOTA 9.9.2023	NEDELJA 10.9.2023
<b>NAVADNI OBROK</b>	MASLO (7), JAJČNO CVRTJE (3) PAŠTETA (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	SIR(7) SALAMA, MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	TAMAR NAMAZ(7) MASLO(7) MED, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE.	SALANINA , SIR, MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE.	MARMELADA ,MED MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE.	PAŠTETA,PUSTA SKUTA (7),MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE.	SIR(7) MASLO (7), MED MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE
<b>PASIRANI OBROK</b>	MLEČNI RIŽ Z OREHI (7,8), JABOLČNA ČEŽANA	PIRINI KOSMIČI Z JOGURTOM (7,1)MIKSANE SLIVE V KOMPOTU	PROSENA KAŠA Z LEŠNIKI (8), HRUŠKE MIKSANE	MLEČNI MOČNIK Z BUČNIMI SEMENI JABOLČNA ČEŽANA.	MLEČNA POLENTA , MIKSANO SADJE.	MLEČNI RIŽ (7) Z LANENIM SEMENOM MIKSANE BRESKVE.	PIRINI KOSMIČI Z JOGURTOM (7,1)MIKSANE SLIVE V KOMPOTU
<b>SLADKORNA DIETA</b>	BECEL MARGARINA (7), JAJČNO CVRTJE PAŠTETA (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	SIR(7) SALAMA ZELENJAVNA, BECEL (7), MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE	PUSTA , TAMAR NAMAZ(7) MASLO(7) MED, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE.	SALANINA , SIR, MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE.	MARMELADA ,MED MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	PAŠTETA,PUSTA SKUTA (7),MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	SIR(7) DIETNI MED BECEL (7), MLEČNI NAPITEK(7), ČAJ, SADJE
<b>ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA</b>	MASLO (7), PAŠTETA (7), MLEČNI NAPITEK (7),ČAJ, JABOLČNA ČEŽANA.	SIR(7) SALAMA ZELENJAVNA MASLO (7), MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANE SLIVE V KOMPOTU.	MASLO(7) MED, MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANE HRUŠKE	SALAMA ,SIR, MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE.	MARMELADA ,MED MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANO SADJE.	PAŠTETA,PUSTA SKUTA (7),MASLO (7) MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, SADJE	SIR(7) MASLO (7), DIETNI MED MLEČNI NAPITEK (7), ČAJ, MIKSANE SLIVE V KOMPOTU.

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 4.9.2023 do 10.9.2023**

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

## KOSILO

	<b>PONEDELJEK 4.9.2023</b>	<b>TOREK 5.9.2023</b>	<b>SREDA 6.9.2023</b>	<b>ČETRTEK 7.9.2023</b>	<b>PETEK 8.9.2023</b>	<b>SOBOTA 9.9.2023</b>	<b>NEDELJA 10.9.2023</b>
<b>NAVADNI OBROK</b>	JEŠPRENČKOVA JUHA, PURANJE KOCKE V OMAKI, ŠIROKI REZANCI, SOLATA	PARADIŽNIKOVA JUHA Z RIBANKO (1,3), DUŠENA GOVEDINA, (1) PIRE KROMPIR, (1,3,7) SOLATA	KOSTNA JUHA (1,3) OCVRT PURANJI ZREZEK (1,3), SESTAVLJENA SOLATA	KROMPIRJEV GOLAŽ, MARMORNI KOLAČ (1,3,7)	MOČNIKOVA JUHA (1,3,7), ŠTEFANI PEČENKA, PIRE KROMPIR, SOLATA	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO, PEČEN PIŠČANEC, MLINCI (1,3) SOLATA.	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) SVINJSKA PEČENKA PRAŽEN KROMPIR SOLATA, (1,3,7) VINO
<b>PASIRANI OBROK</b>	JEŠPRENČKOVA JUHA, MESNA OMAKA, ŠIROKI REZANCI, SOLATA	PARADIŽNIKOVA JUHA Z RIBANKO (1,3), DUŠENA GOVEDINA, PIRE SOLATA	KOSTNA JUHA (1,3) PEČEN ZREZEK PETRŠILJEV KROMPIR Z SOLATA.	KROMPIRJEV GOLAŽ, SMUTI	MOČNIKOVA JUHA (1,3,7), ŠTEFA NI PEČENKA, PIRE KROMPIR, SOLATA	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO, PEČEN PIŠČANEC, MLINCI (1,3) SOLATA	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) SVINJSKA PEČENKA PRAŽEN KROMPIR, SOLATA (1,3,7) VINO
<b>SLADKORNA DIETA</b>	JEŠPRENČKOVA JUHA, MESNA OMAKA Z ZELENJAVO, GRAHAM TESTENINE, SOLATA	JUHA Z RIBANKO (1,3), DUŠENA GOVEDINA (1) MASLENI KUS KUS (1,3,7) SOLATA	KOSTNA JUHA (1,3) PEČEN ZREZEK PETRŠILJEV KROMPIR SOLATA.	DIETNI KROMPIRJEV GOLAŽ, SMUTI	MOČNIKOVA JUHA, (1,3,7), GOVE JA PEČENKA, PIRE KROMPIR, SOLATA	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO, PEČEN PIŠČANEC, MLINCI (1,3) SOLATA	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) SVINJSKA PEČENKA PRAŽEN KROMPIR SOLATA, (1,3,7) VINO
<b>ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA</b>	JEŠPRENČKOVA JUHA, ZELENJAVO, GRAHAM TESTENINE, SOLATA	JUHA Z RIBANKO (1,3), DUŠENA GOVEDINA (1) MASLENI KUS KUS (1,3,7) RDEČA PESA V SOLATI.	KOSTNA JUHA (1,3) PEČEN ZREZEK PETRŠILJEV KROMPIR KUHANA SOLATA.	DIETNI KROMPIRJEV GOLAŽ, SMUTI	MOČNIKOVA JUHA, (1,3,7), GOVE JA PEČENKA, SOLATA	CVETAČNA JUHA S PROSENO KAŠO, PEČEN PIŠČANEC, MLINCI (1,3) SOLATA	GOVEJA JUHA Z REZANCI (1,3) TELEČJA PEČENKA PIRE KROMPIR, SOLATA, (1,3,7) SOK.

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

TEDENSKI JEDILNIK od 4.9.2023 do 10.9.2023

# VEČERJA

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

VEČERJA	PONEDELJEK 4.9.2023	TOREK 5.9.2023	SREDA 6.9.2023	ČETRTEK 7.9.2023	PETEK 8.9.2023	SOBOTA 9.9.2023	NEDELJA 10.9.2023
NAVADNI OBROK	SKUTNI TORTELINI(3,7) SOLATA ALI MLEČNA KAŠA. (7)	KUMARE V SOLATI HRENOVKA ALI MLEČNI KUS KUS (7)	TELEČJA OBARA , JABOLČNI KOMPOT ALI MLEČNI RIŽ(7)	KROMPIRJEVA JUHA,(1,3,7) ALI MLEČNA POLENTA.	CARSKI PRAŽENEC Z ROZINAMI (1,3,7)ČEŽANA ALI MLEČNI RIŽ (7)	JETRCA V OMAKI POLENTA, ZELENA SOLATA ALI MLEČNI MOČNIK (1,3,7)	MLEČNI ZDROB(1,3,7) ALI JUHA Z MESOM .
PASIRANI OBROK	ZELENJAVNA JUHA S PURANJIM MESOM,PEČENO JABOLKO.	KROMPIRJEVA JUHA,JOGURT	TELEČJA OBARA Z ŽLIČNIKI (1,3) JABOLČNI ZAVITEK(1,3,7) .	POROVA JUHA Z MESOM, JOGURT (7)	ZELENJAVNA ENOLONČNICA Z PURANJIM MESOM,JOGURT(7)	JETRCA V OMAKI POLENTA, ZELENA SOLATA	MLEČNI MOČNIK (1,3,7) ALI JUHA Z MESOM .
SLADKORNA DIETA	ZELENJAVNA JUHA S PURANJIM MESOM,PEČENO JABOLKO.	KUMARE V SOLATI HRENOVKA	TELEČJA OBARA Z ŽLIČNIKI (1,3) JABOLČNI ZAVITEK (1,3,7)	POROVA JUHA Z MESOM, JOGURT (7)	ZELENJAVNA ENOLONČNICA Z PURANJIM MESOM,JOGURT (7)	PURANJA PRSA V OMAKI POLENTA, ZELENA SOLATA	MLEČNI MOČNIK (1,3,7) ALI JUHA Z MESOM .
ŽELODČNO ŽOLČNA DIETA	ZELENJAVNA JUHA S PURANJIM MESOM,PEČENO JABOLKO.	KROMPIRJEVA JUHA,JOGURT	TELEČJA OBARA Z ŽLIČNIKI (1,3) SMUTI	POROVA JUHA Z MESOM, JOGURT (7)	ZELENJAVNA ENOLONČNICA Z PURANJIM MESOM,JOGURT (7)	PURANJA PRSA V OMAKI POLENTA, ZELENA SOLATA	MLEČNI MOČNIK (1,3,7) ALI JUHA Z MESOM .

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

### 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, 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	<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, 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	<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>	Stebala, 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 izdelkih, 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, 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.