

KUHINJA SE PREDSTAVLJA

Kuhanje za otroke je svojevrsten izziv in velika odgovornost. Otroci prihajajo iz različnih družbenih okolji in imajo različne prehranjevalne navade. Naj bo hrana še tako zdrava in bogata, nam nič ne pomaga, če je otroci ne sprejemajo. Zato iščemo kompromise.

Z temi izzivi se sooča naša kuharska ekipa v kateri sta dve kuharici in en kuhar, ki se vsak dan trudijo, da je hrana okusna in, da so otroci zadovoljni. Včasih se jim pridruži tudi vodja kuhinje in zunanja sodelavka.

Jedilniki so zastavljeni tako, da otroci dobijo celo paleto žit, sezonsko, svežo zelenjavo in sadje. Mesa oz. mesnih izdelkov otroci pojedjo dovolj doma. Jedilniki se ne menjajo tako pogosto, saj pogosta menjava zmoti ritem otroka in tudi ne daje dovolj časa, da bi osvojil določeno hrano. Jedilniki so sezonski, kar pomeni, da kuhamo s sadjem in zelenjavo, ki jo je v tistem času možno dobiti od lokalnih kmetov ali na tržnici.

Prizadevamo si, da so naša živila ekološka, sezonska in regionalnega izvora. Pri tem smo seveda odvisni od tega, kar nam trg ponuja in da je živila možno dobiti po ekonomsko razumni ceni. Pripravljamo dnevno sveže jedi, uporabljamo zelišča in začimbe brez ojačevalcev okusa. Trudimo se, da večino stvari pripravimo sami; pečemo kruh, sladice, torte. Poleti kuhamo marmelade, vlagamo kompote in peso. Obrok je najpogosteje sestavljen iz treh jedi, razen pri enolončnicah. Premišljeno sestavljamo jedilnike skupaj z osebjem vrtca in pri tem upoštevamo antropozofsko znanje in otrokove potrebe.

Jedilniki so trimesečni in pred menjavo jedilnika predstavimo tudi dobavitelje ekoloških živil.

DOBAVITELJI NAŠE KUHINJE

Kako zdravo kuhamo, je seveda odvisno tudi od tega od kod in od koga dobimo živila. Počasi se razvijajo tudi naše kmetije in vedno več ekoloških živil je že slovenskih, tako, da smo skozi leta našega delovanja zgradili kar bogato mrežo ekoloških dobaviteljev.

Mrežo dobaviteljev dopolnjujemo in spreminjamo glede na sezonsko potrebo živil.

Pri tem vas vabimo k sodelovanju. Pripravljeni smo odkupiti vaše pridelke, če so ekološko pridelani.

Prav tako bomo veseli, če nam boste pomagali dopolniti našo mrežo ekoloških dobaviteljev ali preverjenih pridelovalcev sadja in zelenjave na Slovenskem.

Za Waldorfsko kuhinjo, Peter Rajšek s.p.

KDO SO NAŠI DOBAVITELJI IN KAJ NAM DOBAVLJAJO?
September 2022

EKO KMETIJA MARJAN PODGRAJŠEK

Eko moka za kruh in pecivo

Eko ajdova moka

Eko pirina moka

Eko pšenica v zrnju

Eko pira v zrnju

Pirin gris

Eko proso (ko imajo)

Eko ješprenj

Eko rž

Eko jabolčni kis

Eko jabolka

LOŠKE MLEKARNE

Eko sveže mleko

Eko skuta

Eko kislá smetana, jogurt

Eko edamec

Eko maslo

EKOLOŠKA TRGOVINA KALČEK

Eko čokoladni namaz Tiger

Eko riževó mleko Provamel

Eko ovseno mleko Provamel

Eko Asana maslo

Eko polnozrnatí polžki blagovna znamka Dennree

Eko testenine

Eko riževa smetana

Eko ovsená smetana

Eko mlečni riž

EKO KMETIJA VALENTAN

Eko slive

Eko hokaido buče

EKO KMETIJA ANTON VRBNJAK

Kisló zelje

Kislá repa

EKOLOŠKA KMETIJA SADOVNIK

Eko jajčka

GROSISTIČNA EKOLOŠKA TRGOVINA EKO BUFO

Eko pasiran paradižnik

Eko paradižnik pelati v kockah

Eko ovseni kosmiči fini

Eko rdeča leča

Eko rjava leča

Eko riž paraboild

Eko sončnično olje

Eko lešniki

Eko trsni sladkor

Eko koruzni zdrob

Eko čokolada solzice

Eko sončnična semena

KMETIJA HELEK od pomladi do zime oziroma dokler ima zalogo

Sezonska zelenjava

Por, zelena, brokoli, korenček, zelena solata

ZADRUGA DOBRINA

Razna zelenjava odvisno od sezone od kmetij ki so združena v zadrugo

KMETIJA ČRNKO

Različna sezonska zelenjava

GROSISTIČNA TRGOVINA TRANSGURME GRAZ

Rozine

Vanili sladkor

Oves v zrnju

Vege sir

Mandeljni

Fige

Dateljni

Suše slive

EKOLOŠKA KMETIJA DOMEN

Eko fižol češnjevca

PESEK SREČKO- kmetija

Eko šparglji

ORGANA

Bio drobljenec

Eko vege hrenovke

GOZDNIK MATEJ

Integrirana jabolka

KMETIJA MARTIN KRIŽNAR

Krompir

Rdeča pesa

Belo zelje

Kislo zelje

Kisla repa

KMETIJA SKOK

Breskve



