

TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 28. rujna – 2. listopada

Ovaj tjedan kuha Ivana

PONEDJELJAK

Alergeni

ML. OBROK: sirni namaz s paprikom i kruh, čaj, voće	1, 7
RUČAK: varivo s graškom i noklicama, kruh sa sjemenkama	1, 7
UŽINA: čokoladni muffin	1, 7

UTORAK

ML. OBROK: sendvič s tunom, čaj, voće	1, 4
RUČAK: pečeni pileći batak/zabatak, Popaj tjestenina, rajčica salata	1, 7
UŽINA: smoothie	

SRIJEDA

ML. OBROK: čokoladne žitne pahuljice s mlijekom, voće	1, 7
RUČAK: juneći gulaš s njokima, kupus salata	1, 9
UŽINA: voće	

ČETVRTAK

ML. OBROK: topli „pizza sendvič“, kakao	1, 7
RUČAK: jaje, pire krumpir, špinat, voće	3, 7
UŽINA: Integralni keksi i acidofil	1, 7

PETAK

ML. OBROK: kruh s namazom od slanutka, jogurt	1, 7
RUČAK: rižoto s kozicama, zelena salata, puding od vanilije	2, 7
UŽINA: slani klipici	1, 7



1. žitarice koje sadrže gluten



2. rakovi i proizvodi od rakova



3. jaja i proizvodi od jaja



4. riba i riblji proizvodi



5. kikiriki i proizvodi od kikirikija



6. zrna soje i proizvodi od soje



7. mlijeko i mliječni proizvodi



8. orašasto voće



9. celer i njegovi proizvodi



10. gorušica i proizvodi od gorušice



11. sjeme sezama i proizvodi od smjena sezama



12. sumporni dioksidi i sulfiti



13. lupina i proizvodi od lupine



14. mekušci i proizvodi od mekušaca

