

TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 2. – 6. veljače

Ovaj tjedan kuha Ana

PONEDJELJAK

MO: cornflakes s mlijekom

R: varivo od porilika i povrća, razne vrste kruha; naranča

U: čokoladni muffin

UTORAK

MO: kukuruzni kruh s pilećom paštetom, čaj, voće

R: pohana piletina, rizi-bizi, cikla

U: voćni jogurt

SRIJEDA

MO: savitak sa sirom i sjemenkama, jogurt, voće

R: varivo od graha i povrća s tjesteninom, razne vrste kruha

U: domaća štrudla od jabuka

ČETVRTAK

MO: kruh s maslacem, sirom i šunkom, čaj, voće

R: povrtna juha, pečenice i krpice sa zeljem, razne vrste kruha

U: banana

PETAK

MO: domaći slani klipić sa sirom, vrhnjem i pancetom

R: tuna na bolonjski s tjesteninom, kiseli krastavci

U: puding od vanilije



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

