

TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 4. – 8. svibnja

Ovaj tjedan kuha Ljubica

PONEDJELJAK

Alergeni

ML. OBROK: kruh s namazom od lješnjaka, mlijeko	1, 7, 8
RUČAK: varivo od poriluka i mesa, razne vrste kruha; <u>desert</u> : kukuruzna rolica punjena lješnjak kremom	1
UŽINA: sendvič sa šunkom	1

UTORAK

ML. OBROK: palenta s mlijekom, voće	1, 7
RUČAK: kosani odrezak, pire krumpir, grašak na gusto	1, 3
UŽINA: voće	

SRIJEDA

ML. OBROK: sendvič s jajima, jogurt, voće	1, 3, 7
RUČAK: varivo od junetine i ričeta, kukuruzni kruh	1, 7
UŽINA: cheesecake	1, 3, 7

ČETVRTAK

ML. OBROK: kruh s maslacem i polutvrdim sirom, sok, voće	1, 7
RUČAK: juha od brokule, pileći paprikaš, riža	1, 7
UŽINA: krekeri, probiotički jogurt	1, 7

PETAK

ML. OBROK: piroška sa sirom, jogurt, voće	1, 7
RUČAK: tuna na bolonjski, tjestenina, kupus salata s kukuruzom	1, 9
UŽINA: smoothie	



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

