



JELOVNIK ZA PROSINAC 2020.

PONEDJELJAK

Doručak: mlijeko i kukuruzne, čokoladne ili zobene pahuljice

Užina 1: sezonsko voće i povrće (limunada, naranča, jabuka, banana, mrkva)

Ručak: dinstani kiseli kupus, pire krumpir, mesne okruglice u umaku, polubijeli kruh

Užina 2: šipkov čaj s limunom i mliječno pecivo s makom

UTORAK

Doručak: kakao, kukuruzni kruh, sir Gauda ili maslac i marmelada od marelice

Užina 1: sezonsko voće i povrće (limunada, naranča, jabuka, banana, mrkva)

Ručak: pileća juha, teleći rižot, kukuruzni kruh, salata od svježeg kupusa i mrkve

Užina 2: mlijeko i Petit Beurre keksi

SRIJEDA

Doručak: bijela kava, polubijeli kruh, sirni namaz 30% m.m. ili maslac i med

Užina 1: sezonsko voće i povrće (limun, naranča, jabuka, banana, mrkva)

Ručak: varivo od slanutka, pečena koka, polubijeli kruh, mješana salata

Užina 2: jogurt s probiotikom i domaći kolač s višnjama

ČETVRTAK

Doručak: mlijeko, polubijeli kruh, sirni namaz 30% m.m. ili maslac i šunka

Užina 1: sezonsko voće i povrće (limunada, naranča, jabuka, banana, mrkva)

Ručak: juha od povrća, dinstana junetina s tjesteninom, polubijeli kruh, salata od cikle

Užina 2: griz na mlijeku s kraš expressom

PETAK

Doručak: čaj od brusnice s limunom i medom, kruh, sirni namaz ili namaz Lino Lada

Užina 1: sezonsko voće i povrće (limunada, naranča, jabuka, banana, mrkva)

Ručak: juha od mrkve, pirjano povrće (brokula, cvjetača, krumpir, mrkva) s pohanom filetom oslića, polubijeli kruh

Užina 2: čvrsti jogurt i integralni keksi

