

JELOVNIK ZA SIJEČANJ 2021.



PONEDJELJAK

DORUČAK: čaj od divlje trešnje s limunom i medom, polubijeli kruh, pureća šunka ili sirni namaz 30% m.m

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

RUČAK: juha od teletine, tjestenina s mljevenim mesom, polubijeli kruh, miješana salata/kupus, mrkva, zelena salata

UŽINA 2: griz na mlijeku s Kraš expresom

UTORAK

DORUČAK: bijela kava, kukuruzni kruh, maslac i marmelada ili Sir Gauda

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

RUČAK: varivo od graha s tjesteninom, kuhani svinjski vrat, kukuruzni kruh, salata od cikle

UŽINA 2: Plazma keksi i mlijeko

SRIJEDA

DORUČAK: kakao, polubijeli kruh, maslac i med ili kajmak

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

RUČAK: pileća juha, pohani pileći file, varivo od povrća, polubijeli kruh

UŽINA 2: čokoladni puding

ČETVRTAK

DORUČAK: tekući jogurt s palentom, zobenim ili kukuruznim pahuljicama

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

RUČAK: varivo od ječmene kaše s porilukom, polpeta, salata od cikle, polubijeli kruh

UŽINA 2: kolač od suhog voća i čaj od šipka s limunom i medom

PETAK

DORUČAK: mlijeko, polubijeli kruh, Lino Lada ili maslac i marmelada od šipka

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

RUČAK: juha od tikve, bakalar s krumpirom, salata od kupusa, polubijeli kruh

UŽINA 2: jogurt i mliječno pecivo sa sezamom