

TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 20. 10. – 24. 10.

PONEDJELJAK

Alergeni

Sendvič - prešana šunka, sirni namaz, sir mozzarella, svježa rajčica, polubijeli kruh, voćni čaj, voće

1, 3, 7

Juha od rajčice s ribancima, povrtni rižoto, zelena salata s radičem

1, 7

Jogurt i kruh

1, 3, 6, 7

UTORAK

Kruh sa sjemenkama suncokreta, maslac i marmelada od šljiva, bijela kava, voće

1, 7

Varivo od slanutka i krumpira s junetinom, kruh s bučnim sjemenkama

1, 3, 7

Domaći puding od čokolade

SRIJEDA

Žitarice na mlijeku, voće

1, 7

Bistra pileća juha, kosani odrezak, krpice sa zeljem

1, 9

Voće

1, 7

ČETVRTAK

Graham kruh, domaća pašteta od piletine, svježa rajčica, voće, voćni čaj

1, 3, 6, 7

Varivo od zelene leće, korjenastog povrća i junetine, raženi kruh

1, 3, 7, 9

Namaz od lješnjaka na kruhu

1, 7

PETAK

Integralno pecivo, sir cheddar, zelena salata, kakao, voće

1, 7

Tuna u umaku od rajčice, kukuruzni žganci, zelena salata

3, 4

Marmelada na kruhu

1, 3, 7, 8



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

