



# TESTNI JELOVNIK ZA DJEČJI VRTIĆ ZVONČIĆ, OZALJ

HEALTHYMEAL  
STANDARD

HEALTHY MEAL STANDARD KINDERGARTEN MENU: 30.11-04.12.2020.

Dan	VRSTA OBROKA	NAZIV OBROKA	HRANJIVE VRIJEDNOSTI			ALERGENI	
			U/g	B/g	M/g		E/kcal
PON 30.11. 2020.	DORUČAK	KRUH I KUHAÑO JAJE I KAKAO	33.7	14.7	11.0	294	Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten, Orašasto voće, Sezam
	JUTARNJA UŽINA	VOĆNI SJEKANAC	21.8	1.6	3.6	120	Orašasto voće
	RUČAK	KISELA REPA SA SUHOM VRATINOM, ŽGANC I	38.7	14	19.1	382	Gluten, Celer
	POPODNEVNA UŽINA	SENDVIČ S AJVAROM	21.0	7.6	4.2	159	Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Orašasto voće, Sezam,
UTO 01.12. 2020.	DORUČAK	ČOKO ZDRAVE PAHULJICE	39.2	11.2	9.3	285	Gluten, Orašasto voće u tragovima, Mlijeko i mliječni proizvodi
	JUTARNJA UŽINA	VOĆNI SJEKANAC	16.2	2.6	4.4	112	Orašasto voće
	RUČAK	JUHA OD POVRĆA, MEŠNA ŠTRUCA, KRUMPIR S BLITVOM, SALATA RIBANA OD MRKVE	42.0	18.6	19.3	407	Jaja, Celer
	POPODNEVNA UŽINA	KRUH S MASLACEM I DŽEMOM	32.2	2.9	4.2	126	Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Orašasto voće, Sezam
SRI 02.12. 2020.	DORUČAK	PIROV GRIZ NA MLIJEKU S ČOKOLADOM I MEDOM	31.2	9.7	11.5	268	Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, tragovi orašastog voća
	JUTARNJA UŽINA	VOĆNI SJEKANAC	21.8	1.6	3.6	120	Orašasto voće
	RUČAK	GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NOKLICAMA, POLUBIJELI KRUH, ZELENA SALATA	53.3	18.7	16.8	433	Jaja, Gluten, Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Orašasto voće, Sezam
	POPODNEVNA UŽINA	PETIT KEKSI I JOGURT S PROBIOTIKOM	16.1	6.5	5.5	140	Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Sezam
ČET 03.12. 2020.	DORUČAK	ČOKO I ZOBENE PAHULJICE NA MLIJEKOM	36.5	6.4	8.3	252	Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, soja
	JUTARNJA UŽINA	VOĆNI SJEKANAC	16.2	2.6	4.4	112	Orašasto voće
	RUČAK	KREM JUHA OD CVJETAČE, RIŽOTO S PILETINOM, SALATA SVJEŽI KUPUS	53.1	12.5	21.4	453	Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten
	POPODNEVNA UŽINA	NAMAZ OD TUNE I SIRA NA KRUHU	19.9	8.2	4.7	156	Riba, Mlijeko i mliječni proizvodi, Gorušnica, Gluten, Jaja, Orašasto voće, Sezam
PET 04.12. 2020.	DORUČAK	BIJELA KAVA I SENDVIČ SA SIROM	34.6	12.2	13.2	313	Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja, Orašasto voće, Sezam
	JUTARNJA UŽINA	VOĆNI SJEKANAC	21.8	1.6	3.6	120	Orašasto voće
	RUČAK	BISTRA GOVEĐA JUHA, TJESTENINA S TUNOM I POVRĆEM, KUPUS SALATA S PORILUKOM	56.6	18.4	15.6	431	Gluten, Jaja, Riba, Celer
	POPODNEVNA UŽINA	KOLAČ OD GRIZA	18.3	3.1	2.0	103	Gluten, Mlijeko i mliječni proizvodi

Jelovnici su podložni promijenama. Na promijene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promijene. U svim jelovnicima se nalaze tragovi glutena. \*Posebno pripaziti na obroke gdje se nalaze orašasti plodovi. U-UGLJIKOHIDRATI, P-PROTEINI, M-MASTI, E-ENERGIJSKA VRIJEDNOST. Jelovnici označavaju prosječne hranjive vrijednosti obroka koje mogu odstupati.