

TJEDNI JELOVNIK 10.03.-14.03. JASLICE

UUID af7cdc3d-fa45-4f4e-b093-cf910c82fb07	Period 10.03.2025 - 14.03.2025	Naziv djetete KINDERGARTEN HMS Menu (1-3 god)
Organizacija DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA Trg kralja Tomislava 2, Prelog -	Odgovorna osoba organizacije Kristina Posavec ravnateljica	Suradnik stručnjak N/A
Zabranjeni alergeni N/A	Dnevne hranjive vrijednosti Energijska vrijednost: Min: 1100, Max: 1300 Proteini: Min: 27.5, Max: 48.8 Masti: Min: 36.7, Max: 50.6 Ugljikohidrati: Min: 137.5, Max: 195	
Opće preporuke U planiranju prehrane djeteta vrtićke dobi u obzir valja uzeti slijedeće čimbenike: – prehrambene potrebe za energijom, hranjivim tvarima, vitaminima i mineralima koje moraju omogućiti normalni život te rast i razvoj djeteta; – socijalne i razvojne aspekte hranjenja primjerene dobi kao što su uključivanje u društveni život, razvoj motorike, psihološke faze, stjecanje prehrambenih navika, itd; – mogućnosti prevencije patoloških stanja i kroničnih bolesti odraslih.		

Jelovnici su podložni promjenama.

Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.

Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s važećim zakonima i pravilnicima.

Za dodatne informacije o jelovnicima obratite se nadležnoj osobi organizacije.

Opis

Prehrana za djecu u dječjim vrtićima od 1 do 6 godina: Preporuke izrađene prema Prehrambenom standardu za planiranje prehrane djece u vrtićima, Prehrane u općoj i kliničkoj pedijatriji (Kolaček, Hojsak, Niseteo), Sukladno programu zdravstvene zaštite djece, higijene i pravilne prehrane djece u dječjim vrtićima (NN 105/02, NN 55/06), Izmjenama i dopunama zdravstvene zaštite djece, higijene i pravilne prehrane djece u dječjim vrtićima (NN 121/07). U vrtićima se poslužuje 4 obroka (zajutak, doručak, ručak, užina). Preporuke: energetske unos: 1200kcal, proteini 10-15% masti 30-35% ugljikohidrati 50-60%.

Jelovnici su podložni promjenama.

Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.

Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s važećim zakonima i pravilnicima.

Za dodatne informacije o jelovnicima obratite se nadležnoj osobi organizacije.

Jelovnik Tjedan 1
Organizacija

10.03.2025 - 16.03.2025

DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA

Trg kralja Tomislava 2, Prelog



Dan u tjednu	Obroci	Naziv obroka	Energijska vrijednost	Proteini	Masti	Ugljikohidrati	Alergeni
Ponedjeljak 10.03.2025	Zajutrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom)	115kCal	1.4g	3.2g	20.0g	Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Doručak	ČOKO-LOPTICE I ZOBENE PAHULJICE NA MLIJEKU	234kCal	9.7g	7.8g	31.2g	Soja, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	JABUKA	40kCal	0.0g	0.0g	10.0g	-
	Ručak	VRTIČKI BOLOGNESE, GOVEĐA JUHA S GRIZ NOKLICAMA, SALATA KRSTAVCI KISELI	381kCal	18.1g	12.2g	49.2g	Jaja(T), Jaja, Goruščica, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	KOLAČ OD GRIZA S DŽEMOM	107kCal	3.3g	4.8g	12.6g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten
Utorak 11.03.2025	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom)	107kCal	1.4g	3.2g	18.0g	Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Doručak	NAMAZ OD SIRA S MRKVOM, 1 ŠNITA I POL KRUHA VRTIĆ - RAŽENI, ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM	202kCal	6.9g	6.4g	28.9g	Soja, Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten, Celer
	Jutarnja užina	KRUŠKA	41kCal	0.3g	0.0g	10.6g	-
	Ručak	VARIVO OD LEĆE, 1 ŠNITA KRUHA, BISKVITNI KOLAČ S KOMPOTOM OD BRESKVE	624kCal	29.1g	17.7g	89.6g	Soja, Sezam, Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Kikiriki(T), Jaja(T), Jaja, Gluten(T), Gluten, Celer

Jelovnici su podložni promjenama.

Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.

Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s važećim zakonima i pravilnicima.

Za dodatne informacije o jelovnicima obratite se nadležnoj osobi organizacije.

	Popodnevna užina	VOĆNI SJECKANAC (Jabuka i Naranča)	56kCal	0.6g	0.0g	13.9g	-
Srijeda 12.03.2025	Zajuttrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (2 kom)	79kCal	1.1g	1.8g	14.4g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	BIJELA KAVA ZA VRTIĆANCE, KRUH S MASLACEM I DŽEMOM (VIŠNJA)	258kCal	8.9g	8.9g	34.3g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	NARANČA	53kCal	1.2g	0.0g	12.8g	-
	Ručak	PILETINA U UMAKU OD KOPRA, JUHA OD GRIZA, ZELENA SALATA S CIKLOM, KUHANA RIŽA	422kCal	16.8g	13.7g	57.6g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten, Celer(T)
	Popodnevna užina	SENDVIČ S POVRĆEM	140kCal	4.3g	6.2g	16.3g	Sezam, Mlijeko i proiz., Gluten
	Zajuttrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (2 kom)	87kCal	1.1g	1.8g	16.4g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
Četvrtak 13.03.2025	Doručak	KRUH S MLIJEČNIM NAMAZOM , BIJELA KAVA ZA VRTIĆANCE	256kCal	9.7g	9.4g	32.4g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Jabuka i Naranča)	56kCal	0.6g	0.0g	13.9g	-
	Ručak	ZEBRA KOLAČ, 1 ŠNITA KRUHA , BROKULA VARIVO S KRUMPIROM	414kCal	13.5g	14.2g	58.0g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Lupina(T), Jaja(T), Jaja, Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	JOGURT S MALINAMA I PETITOM	171kCal	6.9g	6.3g	21.3g	Soja, Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T), Gluten
	Zajuttrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom)	107kCal	1.4g	3.2g	18.0g	Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten

Jelovnici su podložni promjenama.

Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.

Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s važećim zakonima i pravilnicima.

Za dodatne informacije o jelovnicima obratite se nadležnoj osobi organizacije.

Petak 14.03.2025	Doručak	PILEĆA PAŠTETA S MASLACEM, 1 ŠNITA KRUHA , ŠALICA JOGURTA 2.8% m.m	289kCal	14.1g	14.4g	25.5g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	JABUKA	40kCal	0.0g	0.0g	10.0g	-
	Ručak	KUPUS SALATA , KREM JUHA OD GRAŠKA, ORZOTO S PURETINOM I POVRĆEM	354kCal	19.5g	13.3g	40.6g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	DOMAĆI KOMPOT OD JABUKE	111kCal	0.2g	0.0g	27.6g	Mlijeko i proiz.(T), Jaja(T), Gluten(T), Celer(T)

Jelovnici su podložni promjenama.

Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.

Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s važećim zakonima i pravilnicima.

Za dodatne informacije o jelovnicima obratite se nadležnoj osobi organizacije.