

**TJEDNI JELOVNIK 14.04.2025.-18.04.2025. JASLICE**

<b>UUID</b> cc3ee3eb-86b8-4bf3-88b8-44aa5429af4d	<b>Period</b> 14.04.2025 - 18.04.2025	<b>Naziv djetete</b> KINDERGARTEN HMS Menu (1-3 god)
<b>Organizacija</b> DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA Trg kralja Tomislava 2, Prelog -	<b>Odgovorna osoba organizacije</b> Kristina Posavec ravnateljica	<b>Suradnik stručnjak</b> N/A
<b>Zabranjeni alergeni</b> N/A	<b>Dnevne hranjive vrijednosti</b> 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	
<b>Opće preporuke</b>  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.		

## 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 (zajuttrak, doručak, ručak, užina). Preporuke: energetska 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**

14.04.2025 - 20.04.2025

DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA

Trg kralja Tomislava 2, Prelog



Dan u tjednu	Obroci	Naziv obroka	Energijska vrijednost	Proteini	Masti	Ugljikohidrati	Alergeni
Ponedjeljak 14.04.2025	Zajutrak	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	KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I DŽEMOM , KAKAO MALI	253kCal	9.2g	8.7g	33.5g	Sumporni dioksid, Soja, Sezam, Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka)	95kCal	1.1g	0.2g	23.3g	-
	Ručak	ŠARENA POVRTNA JUHA, TJESTENINA SA ŠPINATOM	385kCal	16.0g	10.7g	56.7g	Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Goruščica(T), Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	KRUH S NAMAZOM OD SLANUTKA	140kCal	4.5g	4.3g	19.7g	Sezam, Orašidi(T), Kikiriki(T), Gluten
Utorak 15.04.2025	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	VARIVO OD PORILUKA S PILETINOM, POVRĆEM I KRUMPIROM , 1 ŠNITA I POL KRUHA, ZVJEZDICE (SITNI KEKSI)	442kCal	16.3g	10.3g	71.2g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Jaja(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	<b>KRUH S NAMAZOM OD SIRA I SLANINE</b>	125kCal	4.9g	3.5g	17.7g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten, Celer(T)
Srijeda 16.04.2025	Zajuttrak	<b>ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (2 kom)</b>	87kCal	1.1g	1.8g	16.4g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	<b>ČOKOLADNI NAMAZ SA KREM SIROM , ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, 1 ŠNITA I POL KRUHA</b>	229kCal	5.7g	8.1g	32.6g	Soja, Sezam, Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Kikiriki(T), Jaja(T), Gluten(T), Gluten
	Jutarnja užina	<b>KRUŠKA</b>	41kCal	0.3g	0.0g	10.6g	-
	Ručak	<b>KUPUS SALATA , BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA, MLINCI, PEČENA PILEĆA PRSA</b>	386kCal	21.0g	12.5g	46.5g	Jaja, Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	<b>KRUH S MASLACOM, DŽEMOM OD MARELICE I LANOM</b>	212kCal	5.1g	7.7g	29.2g	Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T), Gluten
Četvrtak 17.04.2025	Zajuttrak	<b>ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (2 kom)</b>	87kCal	1.1g	1.8g	16.4g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	<b>GRIZ NA MLIJEKU S MAKOM POSIPOM OD ČOKOLADE</b>	249kCal	10.4g	9.3g	30.8g	Soja, Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T), Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	<b>JABUKA</b>	40kCal	0.0g	0.0g	10.0g	-
	Ručak	<b>VARIVO OD CVJETAČE, SLANE KIFLICE, 1 ŠNITA I POL KRUHA</b>	394kCal	11.8g	8.6g	67.7g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Lupina(T), Jaja(T), Jaja, Gluten
	Popodnevna užina	<b>SENDVIČ S JAJEM I SIROM</b>	153kCal	7.9g	5.3g	17.7g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Jaja, Gluten
	Zajuttrak	<b>ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom)</b>	115kCal	1.4g	3.2g	20.0g	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 18.04.2025	Doručak	<b>SIRNI NAMAZ S MRKVOM, 1 ŠNITA KRUHA , BIJELA KAVA ZA VRTIČANCE</b>	281kCal	10.4g	11.1g	34.2g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Jaja(T), Gluten, Celer(T)
	Jutarnja užina	<b>VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka)</b>	95kCal	1.1g	0.2g	23.3g	-
	Ručak	<b>PROSO S POVRĆEM , JUHA OD RAJČICE , PANIRANI OSLIĆ</b>	369kCal	19.1g	14.8g	39.3g	Riba, Jaja, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	<b>KOMPOT OD KRUŠKE</b>	55kCal	0.2g	0.1g	12.8g	-

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.