

TJEDNI JELOVNIK 03.03.-07.03 VRTIĆ

UUID 47f5a47e-668e-4c5f-8662-d5af00e05b7d	Period 03.03.2025 - 07.03.2025	Naziv dijete KINDERGARTEN HMS Menu (4-6 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: 1300, Max: 1600 Proteini: Min: 37.5, Max: 63.8 Masti: Min: 35, Max: 65 Ugljikohidrati: Min: 165, Max: 250	
Opće preporuke -		
Opis <p>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: energetski unos: 1600kcal proteini 10-15% masti 30-35% ugljikohidrati 50-60%</p>		

Jelovnik Tjedan 1
Organizacija

03.03.2025 - 09.03.2025

DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA

Trg kralja Tomislava 2, Prelog



Dan u tjednu	Obroci	Naziv obroka	Energijska vrijednost	Proteini	Masti	Ugljikohidrati	Alergeni
Ponedjeljak 03.03.2025	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (3 kom)	149kCal	2.3g	4.9g	22.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
	Doručak	ČAJ OD ŠIPKA S MEDOM I LIMUNOM, ZOBENE SA SIROM I BOBICAMA	245kCal	12.5g	6.1g	33.9g	Soja, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Jabuka i Naranča)	56kCal	0.6g	0.0g	13.9g	-
	Ručak	MEKSIČKA TUNA, ŠARENA POVRTNA JUHA, SALATA KRASTAVCI KISELI	403kCal	18.0g	12.7g	53.6g	Riba, Mlijeko i proiz.(T), Jaja(T), Goruščica, Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I KURKUMOM	136kCal	5.6g	4.7g	19.3g	Sezam, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten, Celer(T)
Utorak 04.03.2025	Zajutrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (3 kom)	130kCal	1.8g	3.0g	23.9g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	KRUH S NAMAZOM OD MASLACA I ŠLJIVA, KAKAO SA ŠEĆEROM	248kCal	9.8g	9.6g	29.7g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	JABUKA	40kCal	0.0g	0.0g	10.0g	-
	Ručak	KELJ VARIVO SA SVINJETINOM, POVRČEM I KRUPIROM, 2 ŠNITE KRUHA, KRAFNE	571kCal	18.4g	18.6g	82.6g	Soja(T), Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., 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	PILEĆA PAŠTETA S VRHNJEM I SLANUTKOM , 1 ŠNITA I POL KRUHA	176kCal	8.4g	3.8g	26.4g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza(T), Kikiriki(T), Jaja(T), Gluten
Srijeda 05.03.2025	Zajuttrak	ČAJ OD KAMILICE S MEDOM I LIMUNOM , ČAJNI KOLUTIĆI (3 kom)	154kCal	2.4g	4.9g	23.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
	Doručak	VESELI ČOKOLINO	250kCal	9.4g	8.0g	34.4g	Soja, Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i Naranča)	86kCal	1.4g	0.2g	20.8g	-
	Ručak	PANIRANI OSLIĆ, KREM JUHA OD NARANČASTE BUĆE, RIZI BIZI	358kCal	16.9g	12.0g	46.0g	Riba, Mlijeko i proiz., Laktoza(T), Jaja(T), Jaja, Gluten(T), Gluten, Celer(T)
	Popodnevna užina	ZLEVANKA S TIKVICAMA	120kCal	3.0g	4.6g	17.0g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten
	Zajuttrak	ČAJ OD ŠIPKA S MEDOM I LIMUNOM , PETIT BEURE (3 kom)	127kCal	1.9g	3.0g	23.0g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
Četvrtak 06.03.2025	Doručak	PIROV GRIZ SA SJEMENKAMA	252kCal	9.6g	9.6g	31.7g	Soja, Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T)
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka)	95kCal	1.1g	0.2g	23.3g	-
	Ručak	MUSAKA OD MLJEVENOG MESA, KRUMPIRA I PORILUKA, CIKLA SALATA, BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA	332kCal	19.7g	10.8g	40.6g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I VLASCEM	121kCal	4.8g	2.7g	18.8g	Sezam, Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Goruščica(T), Gluten, Celer(T)
	Zajuttrak	ČAJ VOĆNI S MEDOM I LIMUNOM, PETIT BEURE (3 kom)	132kCal	2.0g	3.0g	25.3g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(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 07.03.2025	Doručak	SLATKI ŽGANCI NA BIJELOJ KAVI	223kCal	8.8g	6.5g	32.1g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	NARANČA	53kCal	1.2g	0.0g	12.8g	-
	Ručak	VARIVO OD GRAHA S TJESTENINOM I SUHIM MESOM, 1 ŠNITA KRUHA , BISKVITNI KOLAČ S NARANČOM	535kCal	19.6g	17.6g	71.8g	Soja(T), Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Jaja(T), Jaja, Gluten, Celer(T)
	Popodnevna užina	SENDVIČ S JAJEM I SIROM	153kCal	7.9g	5.3g	17.7g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Jaja, 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.