

TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 23.03.2026. – 27.03.2026.

PONEDJELJAK

Alergeni

23.03.

obrok 1 Sendvič sa sirom, kefir, voće

Brojke 1

obrok 2 Krumpir gulaš s junetinom, integralni kruh

Brojke 1

obrok 3 Biskvitni kolač

Brojke 1,3,7

UTORAK

24.03.

Obrok 1 Kruh s maslacem i pekmezom od šljiva, mlijeko, voće

Brojke 1,7

obrok 2 Zelena krem juha sa prosom, pileći rižoto s bundevom, zelena salata i kruh

Brojke 1

obrok 3 Voće

Brojke

SRIJEDA

25.03.

Obrok 1 Kruh sa sirnim namazom, purećom šunkom i povrćem, mlijeko/ jogurt

Brojke 1,7

obrok 2 Varivo od kelja, korjenastog povrća i hrenovki, kruh sa sjemenkama suncokreta

Brojke 1,9

Obrok 3 Puding od čokolade

Brojke 7

CETVRTAK

26.03.

obrok 1 Jogurt s probiotikom, kukuruzni jastučić

Brojke 7,1

obrok 2 Pureća mesna štruca, pire krumpir, špinat, kruh

Brojke 1,7

obrok 3 Banana

Brojke

PETAK

27.03.

obrok 1 Kruh s namazom od lješnjaka, čaj voće

Brojke 1,8

obrok 2 Brudet od liganja, žganci, salata, kruh sa sjemenkama

Brojke 14,1

obrok 3 Kukuruzni kruh, jogurt

Brojke 1,7



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

