

JELOVNIK: DJEČJI VRTIĆ ZVONČIĆ OZALJ
HEALTHY MEAL STANDARD Kindergarten MENU

TJEDAN: 16.01.2023.-20.01.2023.

| DAN | SMJENA | NAZIV OBROKA | HRANJIVE VRIJEDNOSTI | | | | ALERGENI |
|-------------|-------------------|--|----------------------|------|------|--------|---|
| | | | U/g | B /g | M/g | E/kcal | |
| PONEĐJELJAK | DORUČAK | LISNATO OD VIŠNJE , VOĆNI ČAJ | 47.4 | 5.6 | 14.7 | 324 | Gluten(S) |
| | JUTARNJA UŽINA | JABUKA KOMAD, PETIT BEURE | 24.7 | 1.4 | 1.3 | 116 | Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(S) |
| | RUČAK | PROSO VARIVO , CIKLA SALATA , KRUH , PETIT BEURE | 81.3 | 15.1 | 15.4 | 533 | Celer(T), Gluten(T), Goruščica(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Mlijeko(S) |
| | POPODNEVNA UŽINA | RAŽENI KRUH, NAMAZ OD ČOKOLADE | 19.6 | 3.7 | 4.8 | 137 | Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Celer(T), Riba(S), Gluten(S) |
| | PRODŽENI BORAČAK | LISNATO OD VIŠNJE, VOĆNI ČAJ | 47.4 | 5.6 | 14.7 | 324 | Gluten(S) |
| UTORAK | DORUČAK | VESELI ČOKOLINO | 33.9 | 12.1 | 9.4 | 276 | Gluten(T), Gluten(S), Mlijeko(S), Orašidi(T), Laktoza(S) |
| | JURARNJA UŽINA | NARANČA | 14.5 | 1.4 | 0.0 | 60 | |
| | RUČAK | SALATA OD MIJEŠANOG KUPUSA , VARIVO OD CVJETAČE I BROKULE S PILETINOM , KRUGA , ČAJNI KOLUTIĆI | 68.2 | 22.6 | 16.1 | 509 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(S), Gluten(S), Soja(T), Mlijeko(S) |
| | POPODNEVNA UŽINA | HELJDINO MIJEŠANO PECIVO, SIRNI NAMAZ S LANOM | 21.8 | 2.7 | 5.2 | 144 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T) |
| | PRODUŽENI BORAČAK | BIJELA KAVA , KRUG SA SIRMIM NAMAZOM I DŽEMOM | 37.3 | 9.7 | 8.5 | 267 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(S) |
| SRIJEDA | DORUČAK | KRUG S MASLACEM , KAKAO S MEDOM | 30.3 | 9.6 | 10.6 | 257 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| | JUTARNJA UŽINA | BANANA | 16.3 | 0.9 | 0.3 | 68 | |
| | RUČAK | MIJEŠANA ZELENA SALATA , PETIT BEURE , SARMA OTVORENA I PIRE KRUMPIR | 64.3 | 16.5 | 18.8 | 490 | Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S), Sumporni dioksid(S) |
| | POPODNEVNA UŽINA | PETIT KEKSI I JOGURT S PROBIOTIKOM | 18.0 | 4.5 | 3.4 | 120 | Mlijeko(S), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(S) |
| | PRODUŽENI BORAČAK | KRUG S MASLACEM , KAKAO S MEDOM | 37.3 | 9.7 | 8.5 | 267 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |

Jelovnici su podložni promjenama. Na promjene mogu utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji. Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s direktivom EU 1169/2011. Za dodatne informacije o jelovnicima i normativima, obratite se zdravstvenom voditelju.

U/g – Ugljikohidrati (g), B/g - Bjelančevine (g), M/g – Masti (g), E/kcal Energetska vrijednost (kcal)

| | | | | | | | |
|----------|-------------------|---|------|------|------|-----|---|
| ČETVRTAK | DORUČAK | GRIZ NA MLIJEKU S TAMNOM ČOKOLADOM , PETIT BEURE | 52.5 | 12.7 | 12.8 | 377 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Gluten(T) |
| | JUTARNJA UŽINA | VOĆNI SJEKANAC(JABUKA, NARANČA) | 13.1 | 0.6 | 0.0 | 53 | |
| | RUČAK | JUNEĆI GULAŠ, PALENTA, SALATA OD MATOVLICA I RADIČA | 60.0 | 19.7 | 23.7 | 537 | Celer(S), Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Soja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S), Jaja(T), Orašidi(T), Sezam(T) |
| | POPODNEVNA UŽINA | BISKVITNI KOLAČ OD ŠUMSKOG VOĆA | 24.9 | 2.2 | 5.6 | 153 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Celer(T) |
| | PRODUŽENI BORAVAK | KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I VLASCEM , KAKAO S MEDOM | 30.9 | 10.7 | 8.2 | 243 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T) |
| PETAK | DORUČAK | KUHANO JAJE, ZLATNO MLIJEKO S MEDOM , KRUH | 32.0 | 13.7 | 9.9 | 273 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T) |
| | JUTARNJA UŽINA | VOĆNI SJEKANAC(NARANČA, BANANA) | 18.6 | 1.3 | 0.2 | 77 | |
| | RUČAK | ČAJNI KOLUTIĆI , TUNA MEKSIČKA , JUHA OD MRKVE | 69.4 | 16.7 | 17.0 | 504 | Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Celer(T), Riba(S), Gluten(S) |
| | POPODNEVNA UŽINA | SIRNI NAMAZ SA SEZAMOM , KRUH KUKURUZNI | 17.8 | 5.0 | 3.0 | 114 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T) |
| | PRODUŽENI BORAVAK | KUHANO JAJE, ZLATNO MLIJEKO S MEDOM , KRUH | 32.0 | 13.7 | 9.9 | 273 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T) |

Jelovnici su podložni promjenama. Na promjene mogu utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji. Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s direktivom EU 1169/2011. Za dodatne informacije o jelovnicima i normativima, obratite se zdravstvenom voditelju.

U/g – Ugljikohidrati (g), B/g - Bjelančevine (g), M/g – Masti (g), E/kcal Energetska vrijednost (kcal)