

| JELOVNIK ZA PROSINAC - SIJEČANJ (30. 12. 2019. – 10. 1. 2020)

PONEDJELJAK

Doručak:.....Čaj, kruh, maslac, med

Voće:.....Narančina

Ručak:.....Krem juha od brokule , špageti s mljevenim mesom,
salata od crvenog kupusa, kruh

Užina:..... Mlijeko, kukuruzne pahuljice

Večera:..... Mlijeko, kruh, šunka u ovitku

UTORAK

Doručak:.....Bijela kava, kruh, sir Gauda

Voće:.....Kruška

Ručak:..... Puretina pečena s povrćem i krumpirom, cikla salata, kruh

Užina:..... Čaj, kruh, marmelada od šipka

Večera:.....Jogurt s probiotik, palenta

SRIJEDA

Doručak:.....Čaj, kruh, sirni namaz

Voće:.....Jabuke

Ručak:.....Kosani odrezak, pire krumpir, pirjani kiseli kupus s pancetom, kruh

Užina:.....Mlijeko, čokoladne pahuljice

Večera:..... Zobena kaša s medom i cimetom

ČETVRTAK

Doručak:.....Čaj, kruh, šunka u ovitku

Voće:.....Naranče

Ručak:.....Varivo od mladoga kupusa, mrkve i krumpira s teletinom, kruh, kokos kocke

Užina:.....Jogurt probiotik, graham pecivo

Večera:.....Tvrdo kuhano jaje, blitva s krumpirom i masljev. uljem, kruh

PETAK

Doručak:.....Mlijeko, čokoladni namaz

Voće:.....Banane

Ručak:.....Varivo od slanutka s mrkvom i krumpirom, kruh , slana pita od sira

Užina:.....Čaj, kruh, Margo

Večera:.....Griz na mlijeku

SUBOTA

Doručak:.....Mlijeko, kruh, maslac

Voće:.....Jabuka

Ručak:.....Rižoto od piletine s povrćem, zelena salata, kruh

Užina:..... Čaj, integralni keks

Zdravstvena voditeljica Eneida Rokić