

TJEDNI JELOVNIK 13.01.2025.-17.01.2025. VRTIĆ

UUID 4fcb8e3c-de8c-441f-a878-38c6daa12569	Period 13.01.2025 - 17.01.2025	Naziv djeteta 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

13.01.2025 - 19.01.2025

DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA

Trg kralja Tomislava 2, Prelog

Dan u tjednu	Obroci	Recepti	Energijska vrijednost	Proteini	Masti	Ugljikohidrati	Alergeni
Ponedjeljak 13.01.2025	Doručak	SIRNI NAMAZ SA SLANINOM (Recept), KAKAO SA ŠEĆEROM (Recept), 1 ŠNITA I POL KRUHA (Recept)	303kCal	13.3g	12.2g	34.4g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	KRUŠKA (Recept)	41kCal	0.3g	0.0g	10.6g	-
	Ručak	VRTIČKI BOLOGNESE (Recept), GOVEĐA JUHA S GRIZ NOKLICAMA (Recept), CIKLA SALATA (Recept)	533kCal	23.6g	17.9g	69.2g	Jaja(T), Jaja, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	BISKVITNI KOLAČ S NARANČOM (Recept)	159kCal	5.2g	5.7g	21.8g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten
	Zajutrak	ČAJ VOĆNI S MEDOM I LIMUNOM (Recept), PETIT BEURE (3 kom) (Recept)	132kCal	2.0g	3.0g	25.3g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM (Recept), OMLET S PAPRIKOM I LUKOM (Recept), 2 ŠNITE KRUHA (Recept)	309kCal	11.5g	10.2g	42.6g	Soja(T), Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Jaja, Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Naranča i Kruška) (Recept)	48kCal	0.8g	0.0g	12.1g	-

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.

Utorak 14.01.2025	Ručak	VARIVO S POVRĆEM, PILETINOM I KRUMPIROM (Recept), 2 ŠNITE KRUHA (Recept)	312kCal	11.8g	5.2g	55.0g	Soja(T), Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Jaja(T), Gluten, Celer
	Popodnevna užina	ČOKO PUDING I VOĆE (Recept)	157kCal	5.7g	5.2g	21.8g	Soja, Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten(T)
	Zajuttrak	ČAJ OD KAMILICE S MEDOM I LIMUNOM (Recept), ČAJNI KOLUTIĆI (3 kom) (Recept)	154kCal	2.4g	4.9g	23.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
Srijeda 15.01.2025	Doručak	ZLATNI GRIZ NA MLIJEKU S ČOKOLADOM (Recept)	309kCal	10.5g	11.1g	42.0g	Soja, Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNA SALATA MJEŠANA (kruška, jabuka, banana) (Recept)	84kCal	0.9g	0.2g	20.9g	-
	Ručak	ŠARENA POVRTNA JUHA (Recept), DINSTANA HELJDA (Recept), SVINJETINA U UMAKU (Recept), KUPUS SALATA (Recept)	543kCal	22.4g	20.0g	68.4g	Sezam(T), Goruščica(T), Gluten(T), Gluten, Celer
	Popodnevna užina	BISKVITNI KOLAČ S ROGAČEM (Recept)	166kCal	4.4g	5.8g	24.6g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten, Celer(T)
Četvrtak 16.01.2025	Doručak	KRUH S MASLACEM I DŽEMOM (VIŠNJA) (Recept), MLIJEKO (Recept)	317kCal	11.0g	11.5g	40.9g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	JABUKA (Recept)	40kCal	0.0g	0.0g	10.0g	-
	Ručak	VARIVO OD KELJA I PURETINE (Recept), 2 ŠNITE KRUHA (Recept)	467kCal	19.5g	13.1g	69.6g	Soja(T), Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), 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	SENDVIČ MIJEŠANI INTEGRALNI (Recept)	150kCal	6.7g	5.1g	18.5g	Sezam, Mlijeko i proiz., Laktoza, Goruščica, Gluten
	Zajuttrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM (Recept), ČAJNI KOLUTIĆI (3 kom) (Recept)	157kCal	2.3g	4.9g	24.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
Petak 17.01.2025	Doručak	PILEĆA PAŠTETA S VRHNJEM I SLANUTKOM (Recept), BIJELA KAVA ZA VRTIĆANCE (Recept), 1 ŠNITA I POL KRUHA (Recept)	281kCal	12.8g	8.2g	38.0g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza(T), Laktoza, Kikiriki(T), Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	BANANA (Recept)	128kCal	1.8g	0.5g	30.7g	-
	Ručak	PANIRANI OSLIĆ (Recept), JUHA OD POVRĆA (Recept), ZELENA SALATA (Recept), RIZI BIZI (Recept)	388kCal	19.2g	14.4g	45.5g	Sumporni dioksid, Riba, Jaja, Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	SLATKI SIRNI DESERT S VIŠNJOM (Recept), PETIT BEURE (2 kom) (Recept)	129kCal	5.5g	3.8g	18.2g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T), Gluten
	Zajuttrak	ČAJ VOĆNI S MEDOM I LIMUNOM (Recept), PETIT BEURE (3 kom) (Recept)	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.