

TJEDNI JELOVNIK 13.01.2025.-17.01.2025. JASLICE

UUID e83588d8-1cd7-4a11-a648-91943bd2ac57	Period 13.01.2025 - 17.01.2025	Naziv djeteta KINDERGARTEN HMS Menu (1-3 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: 1100, Max: 1300 Proteini: Min: 27.5, Max: 48.8 Masti: Min: 36.7, Max: 50.6 Ugljikohidrati: Min: 137.5, Max: 195	
Opće preporuke -		
Opis 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: 1200kcal, proteini 10-15% masti 30-35% ugljikohidrati 50-60%.		

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 KRUHA - RAŽENI (Recept)	230kCal	10.5g	8.9g	25.9g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., 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)	390kCal	16.9g	13.9g	49.2g	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 OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM (Recept), ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom) (Recept)	115kCal	1.4g	3.2g	20.0g	Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Doručak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM (Recept), OMLET S PAPRIKOM I LUKOM (Recept), 1 ŠNITA I POL KRUHA VRTIĆ - RAŽENI (Recept)	239kCal	11.8g	9.2g	27.3g	Soja, 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	1 ŠNITA I POL KRUHA (Recept), VARIVO S POVRĆEM, JUNETINOM I KRUMPIROM (Recept)	329kCal	13.0g	11.6g	43.4g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Lupina(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)
	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM (Recept), ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom) (Recept)	107kCal	1.4g	3.2g	18.0g	Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
Srijeda 15.01.2025	Doručak	ZLATNI GRIZ NA MLIJEKU S ČOKOLADOM (Recept)	251kCal	8.5g	9.0g	34.1g	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)	396kCal	17.6g	15.4g	46.7g	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)
Zajutrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM (Recept), PETIT BEURE (2 kom) (Recept)	87kCal	1.1g	1.8g	16.4g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten	
Četvrtak 16.01.2025	Doručak	KRUH S MASLACEM I DŽEMOM (VIŠNJA) (Recept), MLIJEKO (Recept)	243kCal	9.4g	9.6g	29.0g	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), 1 ŠNITA I POL KRUHA (Recept)	404kCal	19.3g	12.9g	53.6g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Lupina(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
	Zajutrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM (Recept), PETIT BEURE (2 kom) (Recept)	87kCal	1.1g	1.8g	16.4g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
Petak 17.01.2025	Doručak	PILEĆA PAŠTETA S VRHNJEM I SLANUTKOM (Recept), BIJELA KAVA ZA VRTIČANCE (Recept), 1 ŠNITA KRUHA - RAŽENI (Recept)	242kCal	11.2g	6.9g	32.4g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., 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)	354kCal	17.0g	13.3g	41.6g	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
	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM (Recept), PETIT BEURE (2 kom) (Recept)	79kCal	1.1g	1.8g	14.4g	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.