

TJEDNI JELOVNIK 20.01.2025.-24.01.2025. VRTIĆ

UUID 7e32d403-127f-4059-bf7d-ed150440d6f9	Period 20.01.2025 - 24.01.2025	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

20.01.2025 - 26.01.2025

DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA

Trg kralja Tomislava 2, Prelog

Dan u tjednu	Obroci	Naziv obroka	Energijska vrijednost	Proteini	Masti	Ugljikohidrati	Alergeni
Ponedjeljak 20.01.2025	Zajutrak	ČAJ OD KAMILICE S MEDOM I LIMUNOM , ČAJNI KOLUTIĆI (3 kom)	154kCal	2.4g	4.9g	23.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
	Doručak	KUKURUZNE PAHULJICE NA MLIJEKU S MEDOM	329kCal	11.5g	9.4g	49.1g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka)	95kCal	1.1g	0.2g	23.3g	-
	Ručak	ŠARENA POVRTNA JUHA, TJESTENINA SA ŠPINATOM	456kCal	19.0g	12.5g	67.5g	Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Goruščica(T), Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	KRUH S NAMAZOM OD TUNE	130kCal	6.6g	3.0g	18.4g	Soja(T), Sezam(T), Riba, Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Goruščica, Gluten
	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (3 kom)	122kCal	1.8g	3.0g	21.9g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	KRUH S NAMAZOM OD MASLACA I ŠLJIVA, KAKAO SA ŠEĆEROM	327kCal	11.8g	11.5g	42.3g	Mlijeko i proiz., Laktoza, 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.

Utorak 21.01.2025	Jutarnja užina	KRUŠKA	41kCal	0.3g	0.0g	10.6g	-
	Ručak	BISKVITNI ČOKOLADNI KOLAČ S NARANČOM I MAKOM, VARIVO OD CVJETAČE I BROKULE S PILETINOM, 2 ŠNITE KRUHA	456kCal	19.1g	13.8g	63.3g	Soja(T), Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Laktoza(T), Kikiriki(T), Jaja(T), Jaja, Goruščica(T), Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	SENDVIČ S JAJEM I SIROM	153kCal	7.9g	5.3g	17.7g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Jaja, Gluten
Srijeda 22.01.2025	Zajutrak	ČAJ VOĆNI S MEDOM I LIMUNOM, PETIT BEURE (3 kom)	132kCal	2.0g	3.0g	25.3g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	ZOBENE SA SIROM I BOBICAMA	308kCal	14.5g	7.2g	44.4g	Soja, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	NARANČA	53kCal	1.2g	0.0g	12.8g	-
	Ručak	MEKSIČKI RIŽOTO , ZELENA SALATA, JUHA OD RAJČICE S PROSOM	585kCal	20.8g	14.3g	92.7g	Sumporni dioksid, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	MUFFIN	157kCal	3.8g	5.4g	23.3g	Soja, Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T), Jaja, Gluten, Celer(T)
Četvrtak 23.01.2025	Zajutrak	ČAJ OD KAMILICE S MEDOM I LIMUNOM , PETIT BEURE (3 kom)	127kCal	1.9g	3.0g	23.0g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	SENDVIČ SA ŠUNKOM, BIJELA KAVA ZA VRTIĆANCE	310kCal	13.2g	11.2g	37.7g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	JABUKA	40kCal	0.0g	0.0g	10.0g	-

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.

	Ručak	ŽGANCI PRILOG, SALATA CRVENI KUPUS, JUNETINA U POVRTNOM UMAKU, GOVEĐA JUHA S TARANOM	511kCal	20.3g	21.5g	59.6g	Sumporni dioksid, Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten(T), Gluten, Celer
	Popodnevna užina	KRUŠKA, ŠALICA JOGURTA 2.8% m.m	134kCal	6.8g	4.2g	18.3g	Mlijeko i proiz., Laktoza
Petak 24.01.2025	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (3 kom)	122kCal	1.8g	3.0g	21.9g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	PIROV GRIZ SA SJEMENKAMA	324kCal	12.3g	12.3g	40.8g	Soja, Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T)
	Jutarnja užina	BANANA	128kCal	1.8g	0.5g	30.7g	-
	Ručak	BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA, KRUMPIR NA PEKARSKI, CIKLA SALATA	491kCal	20.9g	26.4g	43.9g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	SIRNI NAMAZ S MRKVOM, 1 ŠNITA KRUHA	145kCal	4.3g	5.4g	19.5g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Jaja(T), Gluten, Celer(T)

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.