

TJEDNI JELOVNIK 07.04.2025.-11.04.2025. JASLICE

UUID ca615807-e24a-4d46-b3eb-91a08cc716ca	Period 07.04.2025 - 11.04.2025	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 U planiranju prehrane djeteta vrtićke dobi u obzir valja uzeti slijedeće čimbenike: – prehrambene potrebe za energijom, hranjivim tvarima, vitaminima i mineralima koje moraju omogućiti normalni život te rast i razvoj djeteta; – socijalne i razvojne aspekte hranjenja primjerene dobi kao što su uključivanje u društveni život, razvoj motorike, psihološke faze, stjecanje prehrambenih navika, itd; – mogućnosti prevencije patoloških stanja i kroničnih bolesti odraslih.		

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 (zajutrak, doručak, ručak, užina). Preporuke: energetska unos: 1200kcal, proteini 10-15% masti 30-35% ugljikohidrati 50-60%.

Jelovnik Tjedan 1
Organizacija

07.04.2025 - 13.04.2025

DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA

Trg kralja Tomislava 2, Prelog



Dan u tjednu	Obroci	Naziv obroka	Energijska vrijednost	Proteini	Masti	Ugljikohidrati	Alergeni
Ponedjeljak 07.04.2025	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom)	107kCal	1.4g	3.2g	18.0g	Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Doručak	KRUH SA SIRMIM NAMAZOM I KURKUMOM, KAKAO SA ŠEĆEROM	255kCal	12.1g	11.0g	28.2g	Sezam, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten, Celer(T)
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Jabuka i Naranča)	56kCal	0.6g	0.0g	13.9g	-
	Ručak	SALATA KRSTAVCI KISELI, TJESTENINA CARBONARA, BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA	375kCal	18.7g	14.2g	42.0g	Mlijeko i proiz., Laktoza(T), Jaja, Goruščica, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	KRUH S MASLACOM I DŽEMOM OD MARELICE	127kCal	3.3g	3.0g	20.8g	Sumporni dioksid, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
Utorak 08.04.2025	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom)	107kCal	1.4g	3.2g	18.0g	Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Doručak	ZLATNI GRIZ	228kCal	8.1g	5.7g	36.1g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	JABUKA	40kCal	0.0g	0.0g	10.0g	-
	Ručak	VARIVO S POVRĆEM, PILETINOM I KRUMPIROM, 1 ŠNITA KRUHA - KUKURUZNI, PITA OD JABUKE	407kCal	15.3g	13.5g	57.1g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Jaja, 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	PILEĆA PAŠTETA S VRHNJEM I SLANUTKOM	34kCal	3.9g	1.4g	1.4g	Mlijeko i proiz., Laktoza(T), Kikiriki(T)
Srijeda 09.04.2025	Zajuttrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (2 kom)	79kCal	1.1g	1.8g	14.4g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	ŠARENI SENDVIČ ZA VRTIĆANCE , ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, KRUŠKA	176kCal	6.4g	2.4g	31.9g	Mlijeko i proiz., Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka)	95kCal	1.1g	0.2g	23.3g	-
	Ručak	JUHA OD RAJČICE , POHANA PILETINA , KRUMPIR S BLITVOM, CIKLA SALATA	448kCal	18.7g	12.6g	66.4g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz.(T), Jaja, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	VOĆNI JOGURT S KRUŠKOM I BANANOM	34kCal	0.2g	0.0g	8.5g	-
Četvrtak 10.04.2025	Zajuttrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom)	107kCal	1.4g	3.2g	18.0g	Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Doručak	KRUH S MASLACOM I DŽEMOM OD MARELICE, BIJELA KAVA ZA VRTIĆANCE	263kCal	9.5g	8.7g	35.5g	Sumporni dioksid, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	KRUŠKA	41kCal	0.3g	0.0g	10.6g	-
	Ručak	ZOBENI KOLAČ S VIŠNJAMA, VARIVO OD POVRĆA, JUNETINE I JEČMA	450kCal	17.2g	16.2g	60.0g	Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T), Jaja(T), Jaja, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	SENDVIČ SA SIROM I KRSTAVCIMA	141kCal	6.6g	4.5g	17.8g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Jaja(T), Goruščica, Gluten
	Zajuttrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (2 kom)	115kCal	1.4g	3.2g	20.0g	Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(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.

Petak 11.04.2025	Doručak	PILEĆA PAŠTETA S MASLACEM, 1 ŠNITA KRUHA , MLIJEKO	318kCal	14.3g	16.6g	27.3g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNA SALATA MJEŠANA (kruška, jabuka, banana)	84kCal	0.9g	0.2g	20.9g	-
	Ručak	CIKLA SALATA, ORZOTO S PURETINOM I POVRĆEM, KREM JUHA OD NARANČASTE BUĆE	310kCal	16.6g	10.2g	38.8g	Mlijeko i proiz., Laktoza(T), Jaja(T), Gluten(T), Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	ZOBENI KOLAČ S VIŠNJAMA	180kCal	5.6g	5.0g	27.7g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T), Jaja, 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.