

# TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 10. – 14. ožujka

Ovaj tjedan kuha Ana

## PONEDJELJAK

Alergeni

|                                                                  |         |
|------------------------------------------------------------------|---------|
| MO: kruh s mliječnim namazom; čaj, voće                          | 1,7     |
| R: varivo od miješanog povrća i mesa; kruh sa sjemenkama, jabuka | 1,7     |
| U: biskvit s orašastim plodovima                                 | 1,3,7,8 |

## UTORAK

|                                                                                       |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| MO: sendvič s namazom od svježeg sira i povrća, salamom i zelenom salatnom, čaj, voće | 1,7 |
| R: svinjetina u povrću s palentom                                                     | 1   |
| U: smoothie od šumskog voća                                                           |     |

## SRIJEDA

|                                                                         |     |
|-------------------------------------------------------------------------|-----|
| MO: žitarice s mlijekom, voće                                           | 1,7 |
| R: povrtna juha s grisom, tjestenina u pilećem saftu, razne vrste kruha | 1,7 |
| U: kukuruzna kiflica sa sirom i vrhnjem                                 | 1,7 |

## ČETVRTAK

|                                                    |       |
|----------------------------------------------------|-------|
| MO: kruh s namazom od bijelog graha, mlijeko, voće | 1,7   |
| R: školska sarma i pire krumpir, razne vrste kruha | 1,7   |
| U: knedle s voćnim punjenjem                       | 1,3,7 |

## PETAK

|                                                  |     |
|--------------------------------------------------|-----|
| MO: sendvič sa sirom, kefir, voće                | 1,7 |
| R: varivo od slanutka, razne vrste kruha, banana | 1   |
| U: grisini (krušni štapići)                      | 1,7 |



1. žitarice koje sadrže gluten



2. rakovi i proizvodi od rakova



3. jaja i proizvodi od jaja



4. riba i riblji proizvodi



5. kikiriki i proizvodi od kikirikija



6. zrna soje i proizvodi od soje



7. mlijeko i mliječni proizvodi



8. orašasto voće



9. celer i njegovi proizvodi



10. gorušica i proizvodi od gorušice



11. sjeme sezama i proizvodi od smjena sezama



12. sumporni dioksidi i sulfiti



13. lupina i proizvodi od lupine



14. mekušci i proizvodi od mekušaca

Jednom tjedno, učenici dobivaju voće, sok, mlijeko i mliječne proizvode iz projekta **Školske sheme voća i povrća te mlijeka i mliječnih proizvoda**

