

TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 13. – 17. siječnja

PONEDJELJAK

	Alergeni
MO: kruh s domaćom paštetom, mlijeko, voće	1, 7
R: varivo s mahunama i mesom, kruh s bučnim sjemenkama	1, 9
U: biskvit s orašastim plodovima	1, 3, 7

UTORAK

MO: sendvič sa šunkom i sirom, sok, voće	1, 7
R: sekeli gulaš s junetinom, palenta, kruh s bučnim sjemenkama	1, 7
U: smoothie	7

SRIJEDA

MO: kruh s maslacem i džemom, mlijeko, voće	1, 7
R: varivo od miješanog povrća s teletinom, kruh sa suncokretovim sjemenkama, jabuka	1, 9
U: integralna kifla i acidofil	1, 7

ČETVRTAK

MO: sendvič s jajetom i sirom, jogurt, voće	
R: juha, povrtni rižoto, salata	1, 3, 7, 9
U: knedle s voćnim punjenjem	1, 3, 7

PETAK

MO: kruh s humus namazom, kakao, voće	1
R: pohani oslić, krumpir na maslacu, umak, razne vrste kruha	1, 4
U: integralni keksi	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

