

TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 20. – 24. siječnja

Ovaj tjedan kuha Ljubica

PONEDJELJAK

Alergeni

MO: zobena kaša s bananom i kakaom	1, 7
R: grah varivo sa suhim mesom i povrćem	1, 9
U: sočni kruh	1

UTORAK

MO: kruh s namazom od hamburgera, bijela kava; voće	1, 7
R: tjestenina s junetinom u umaku od gljiva	1, 3, 9
U: integralni keksi	1, 7

SRIJEDA

MO: kruh s namazom od tune i jaja, čaj; voće	1, 3, 4, 7
R: bistra juha s povrćem i tjesteninom, povrtni rižoto, cikla	1, 3, 7, 9
U: popečci od kelja	1, 3, 7

ČETVRTAK

MO: kruh s namazom od bijelog graha, mlijeko; voće	1, 7
R: zapečene tortilje, zelena salata	1, 7
U: voće	

PETAK

MO: sendvič sa sirom, kefir, voće	1, 7
R: oslić na bijelo (a la bakalar), kupus salata s ribanom mrkvom; banana	1, 4, 7
U: zlevanka	1, 3, 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

