

# TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 7. – 10. siječnja

## PONEDJELJAK

Alergeni

MO:

R:

U:

## UTORAK

MO: kruh s maslacem i medom; čaj

R: tjestenina bolonjez, salata

U: musli žitarice s jogurtom

## SRIJEDA

MO: pahuljice s mlijekom; voće

R: varivo s junetinom i ječmenom kašom; razne vrste kruha

U: puding

## ČETVRTAK

MO: sendvič sa šunkom, jogurt; voće

R: pečena piletina, rizi-bizi, salata

U: keksi i mlijeko

## PETAK

MO: kruh s namazom od tune, kakao, voće

R: grah varivo s tjesteninom; razne vrste kruha

U: kiflice sa sirom



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

