

TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: 27. – 31. siječnja

Ovaj tjedan kuha Ivica

PONEDJELJAK

	Alergeni
MO: Kruh s namazom od lješnjaka, mlijeko; voće	1, 7, 8
R: kelj varivo s povrćem i mesom; razne vrste kruha	1
U: muffin s voćem	1, 3, 7

UTORAK

MO: sendvič sa sirom, kefir; voće	1, 7
R: pohana piletina i rizi-bizi	1, 3, 7, 9
U: smoothie	7

SRIJEDA

MO: žitarice s mlijekom; voće	1, 7, 8
R: paprikaš i palenta, salata	1
U: čokoladni chia puding	7

ČETVRTAK

MO: miješana kifla s pilećom salamom, sok; voće	1
R: bistra juha s taranom, puretina na bolonjski s tjesteninom	1
U: voće	

PETAK

MO: pirov gris, voće	1, 7, 8
R: varivo od slanutka i povrća, razne vrste kruha	1
U: kiflica sa sirom	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

