JUTARNJI OBROK

ZA MJESEC TRAVANJ 2024.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **DAN U TJEDNU** | **NAZIV OBROKA** | **ALERGENI** | **OZNAKA OBROKA** | **ENERGETSKA VRIJEDNOST OBROKA** |
| PONEDJELJAK,8.4.2024. | Integralni kruh s bananom i namazom od eko lješnjaka i kakaa, mlijeko | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi, orašasto voće | B 2.6 | 357 kcal |
| UTORAK,9.4.2024. | Miješana salata sa grahom, povrćem, tjesteninom, kuhanim jajetom i dresingom, posipana prženim bučinim sjemenkama, sjemenkama suncokreta, integralni kruh | Žitarice koje sadrže gluten, jaja i proizvodi  | C:\D_disk\POSEL - DUNJA\V. OŠ VARAŽDIN\ŠKOLSKA KUHINJA\JELOVNICI 2023-2024\52afe63dd2ebe2085d047298fa386cca.jpgC 3.5 | 358,6 kcal |
| SRIJEDA,10.4.2024. | Varivo od ječma s krumpirom i svinjetinom, polubijeli kruh | Žitarice koje sadrže gluten | D 4.7 | 382,5 kcal |
| ČETVRTAK,11.4.2024. | Piletina na meksički sa rižom | Žitarice koje sadrže gluten | D 3.24 | 390,7 kcal |
| PETAK,12.4.2024. | Čokolino fit, banana | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi | A 1.12  | 394,9 kcal |
| PONEDJELJAK,15.4.2024. | Sendvič od kruha s maslacem, zelenom salatom i salamom, kakao napitak | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi | B 2.20 | 392,3 kcal |
| UTORAK,16.4.2024. | Mlinci i pečena piletina, pasterizirani krastavci | Žitarice koje sadrže gluten | C 3.16 | 353,1 kcal |
| SRIJEDA,17.4.2024. | Mahune varivo s krumpirom, mrkvom i mesom, crni kruh | Žitarice koje sadrže gluten, celer i njegovi proizvodi | D 4.10 | 358,3 kcal |
| ČETVRTAK,18.4.2024. | Salata od tune s tjesteninom i povrćem | Žitarice koje sadrže gluten, jaja i proizvodi, mlijeko i mliječni proizvodi, riba i riblji proizvodi | C 3.21 | 381,5 kcal |
| PETAK,19.4.2024. | Čokoladni griz od pira sa lanenim sjemenkama i bademima, zaslađen medom | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi, orašasto voće | A 1.3 | 356,4 kcal |
| C:\D_disk\POSEL - DUNJA\V. OŠ VARAŽDIN\ŠKOLSKA KUHINJA\JELOVNICI 2023-2024\4c30ffa3b2c34d15e07c960b4282f748.jpgPONEDJELJAK,22.4.2024. | Raženi kruh sa sirnim namazom, čaj s medom i naranča | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi | B 2.17 | 354 kcal |
| UTORAK,23.4.2024. | Pire od krumpira i brokule, kosani odrezak | Mlijeko i mliječni proizvodi, jaja i proizvodi, mogućnost prisutnosti glutena | C 3.14 | 376,2 kcal |
| SRIJEDA,24.4.2024. | Grah ričet varivo s kobasicama, crni kruh | Žitarice koje sadrže gluten, celer i proizvodi | D 4.1 | 379,9 kcal |
| ČETVRTAK,25.4.2024. | Heljda s paprikašem od piletine | Žitarice koje sadrže gluten | C 3.19 | 367,5 kcal |
| PETAK,26.4.2024. | Čokoladni puding sa zobenim pahuljicama, lješnjacima, bananom, chia i lanenim sjemenkama  | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi, orašasto voće | A 1.2 | 378,8 kcal |
| PONEDJELJAK,29.4.2024. | Sendvič od raženog kruha s namazom od slanutka, grčkog jogurta i bučinih sjemenki, matovilcem i purećom šunkom, acidofilno mlijeko | C:\D_disk\POSEL - DUNJA\V. OŠ VARAŽDIN\ŠKOLSKA KUHINJA\JELOVNICI 2023-2024\b73e72b501590d90a57ba7c611d3f9e7.jpgŽitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi | B 2.2 | 344,7 kcal |
| UTORAK,30.4.2024. | Bolognese s integralnom tjesteninom, pasterizirana cikla | Žitarice koje sadrže gluten | C 3.6 | 359,8 kcal |



 \* Napomena: uz obrok moguće serviranje salate ili voća tijekom dana.

 Iz opravdanih razloga jelovnik se može ponekad promijeniti.