



J E L O V N I K **Od 03.04.2023. do 07.04.2023.**

TJEDAN PRAVILNE PREHRANE I ZDRAVLJA U VRTIĆU

Projekt „ŽIVJETI ZDRAVO“

DANI U TJEDNU	DORUČAK	UŽINA	RUČAK	UŽINA
Ponedjeljak <i>PONEDJELJAK PUN ENERGIJE UZ ŽITARICE</i>	Zobene pahuljice, mlijeko	Voće	Bistra juha, rižoto s piletinom, zelena salata s kukuruzom	Margo na kruhu sa sjemenkama lana
Utorak <i>U UTORAK VARIVOM SE POČASTI, KAKO BI TI POVRĆE MOGLO SNAGU DATI</i>	Namaz od slanutka na polubijelom kruhu, čaj oo šumskog voća	Voće	Varivo s mesom, krumpirom i povrćem, kruh	Kolač od mrkve
Srijeda <i>SRIJEDOM SJAJNE ZUBE ZAHVALJUJUĆI SIRU I MLIJEKU POKAŽI, A SVOJE KOSTI OSNAŽI</i>	Sirni namaz na kruhu sa sjemenkama, kakao	Voće	Kiselo zelje s pirjanom svinjetinom, pire krumpir	Sir gauda na kruhu
Četvrtak <i>U ČETVRTAK ČUVAMO ZDRAVLJE VOĆEM DA NAM TIJELO DOBIJE VITAMINA NAPRETEK</i>	Džem od šljive na polubijelom kruhu, čaj od maline	Voće	Krem juha od brokule, pečeni pileći file, gratinirano povrće	Kolač od voća
Petak SVJETSKI DAN ZDRAVLJA <i>PETKOM BJELANČEVINE NE ZABORAVI DA TI SE VIKEND U DOBROJ FORMI DOGODI</i>	Kukuruzne pahuljice, mlijeko	Voće	Prežgana juha s kockicama kruha, krpice sa sirom i vrhnjem	Namaz od tunjevine na kukuruzno raženom kruhu

U slučaju potrebe, Dječji vrtić „Sretna djeca“ zadržava pravo promjene jelovnika.

Doručak: 08⁰⁰ - 8³⁰

Užina voće: 10⁰⁰

Ručak: 11⁰⁰ - 12⁰⁰

Užina: 14¹⁵ - 14³⁰