

PROLJETNO-LJETNI JELOVNIK – mjesec LIPANJ 2019. godine – od 03.06. do 07.06.2019.

		MENI		kcal
<b>PONEDJELJAK</b> 03.06.2019.	<b>ZAJUTRAK</b>	Keksi, čaj		250
	<b>DORUČAK</b>	Čokoladne kuglice na mlijeku		230
	<b>UŽINA 1</b>	Sezonsko voće		50
	<b>RUČAK</b>	Varivo od leće sa svinjetinom, desert		590
	<b>UŽINA 2</b>	Kruh, namaz od šunke, voće		200
	<b>RANA VEČERA</b>	Okruglice od sira		200
<b>Ukupno kcal</b>				<b>1520</b>
<b>UTORAK</b> 04.06.2019.	<b>ZAJUTRAK</b>	Keksi, čaj		250
	<b>DORUČAK</b>	Kruh, marmelada, čaj		230
	<b>UŽINA 1</b>	Sezonsko voće		50
	<b>RUČAK</b>	Juha, rižoto s tikvicama i puretinom, salata		535
	<b>UŽINA 2</b>	Burek sir, voće		215
	<b>RANA VEČERA</b>	Popečci od povrća		200
<b>Ukupno kcal</b>				<b>1480</b>
<b>SRIJEDA</b> 05.06.2019.	<b>ZAJUTRAK</b>	Keksi, čaj		250
	<b>DORUČAK</b>	Riža na mlijeku		205
	<b>UŽINA 1</b>	Sezonsko voće		50
	<b>RUČAK</b>	Varivo od mahuna, kolač		450
	<b>UŽINA 2</b>	Kruh, pureća salama, voće		210
	<b>RANA VEČERA</b>	Kašica od voća sa sirom		220
<b>Ukupno kcal</b>				<b>1385</b>
<b>ČETVRTAK</b> 06.06.2019.	<b>ZAJUTRAK</b>	Keksi, čaj		250
	<b>DORUČAK</b>	Omlet od jaja, čaj		230
	<b>UŽINA 1</b>	Sezonsko voće		50
	<b>RUČAK</b>	Juha, špagete bolonjez, salata		560
	<b>UŽINA 2</b>	Kruh, zdenka sir, voće		220
	<b>RANA VEČERA</b>	Punjene palačinke		250
				<b>1560</b>
<b>PETAK</b> 07.06.2019.	<b>ZAJUTRAK</b>	Keksi, čaj		250
	<b>DORUČAK</b>	Pohani kruh		240
	<b>UŽINA 1</b>	Sezonsko voće		50
	<b>RUČAK</b>	Juha, pizza sa tunom		540
	<b>UŽINA 2</b>	Puding, voće		225
	<b>RANA VEČERA</b>	Palenta s jogurtom		115
<b>Ukupno kcal</b>				<b>1420</b>

PROLJETNO-LJETNI JELOVNIK – mjesec LIPANJ 2019. godine – od 10.06. do 14.06.2019.

		MENI	kcal
PONEDJELJAK 10.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi, čaj	250
	DORUČAK	Kruh, ABC sir, čaj	220
	UŽINA 1	Sezonsko voće	50
	RUČAK	Varivo od poriluka, kolač	430
	UŽINA 2	Zlevanka, voće	250
	RANA VEČERA	Smoothie od banane	180
Ukupno kcal			1380
UTORAK 11.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi, čaj	250
	DORUČAK	Gris s posipom	205
	UŽINA 1	Sezonsko voće	50
	RUČAK	Juha, junetina u povrću, hajdina kaša, salata	540
	UŽINA 2	Kruh, linolada, voće	260
	RANA VEČERA	Slatki muffini	220
Ukupno kcal			1525
SRIJEDA 12.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi, čaj	250
	DORUČAK	Kruh, omlet s povrćem	210
	UŽINA 1	Sezonsko voće	50
	RUČAK	Varivo od graha, kolač	550
	UŽINA 2	Klipići, voće	220
	RANA VEČERA	Jogurt s petit keksom	220
Ukupno kcal			1500
ČETVRTAK 13.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi,čaj	250
	DORUČAK	Kukuruzni žganci na mlijeku	260
	UŽINA 1	Sezonsko voće	50
	RUČAK	Juha, piletina u umaku od povrća, palenta, salata	550
	UŽINA 2	Kruh, namaz od mrkve, voće	250
	RANA VEČERA	Tjestenina sa sirom	250
Ukupno kcal			1610
PETAK 14.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi,čaj	250
	DORUČAK	Popečci s marmeladom, kakao	210
	UŽINA 1	Sezonsko voće	50
	RUČAK	Juha, ribice, pire, umak, salata	510
	UŽINA 2	Kruh, sir gouda, voće	220
	RANA VEČERA	Hladna salata sa šunkom	240
Ukupno kcal			1480

PROLJETNO-LJETNI JELOVNIK – mjesec LIPANJ 2019. godine – od 17.06. do 21.06.2019.

		MENI		kcal
PONEDELJAK 17.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi, čaj		250
	DORUČAK	Kukuruzni cornflakes na mlijeku		260
	UŽINA 1	Sezonsko voće		50
	RUČAK	Fino varivo, kolač		480
	UŽINA 2	Kruh, pašteta, voće		240
	RANA VEČERA	Američke palačinke sa umakom od brusnica		200
Ukupno kcal				1480
UTORAK 18.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi,čaj		250
	DORUČAK	Kruh, pureća salama, čaj		220
	UŽINA 1	Sezonsko voće		50
	RUČAK	Juha, pileći fritesi, salata		520
	UŽINA 2	Kruh, marmelada, voće		230
	RANA VEČERA	Jogurt sa petit keksom		220
Ukupno kcal				1490
SRIJEDA 19.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi, čaj		250
	DORUČAK	Riža na mlijeku		240
	UŽINA 1	Sezonsko voće		50
	RUČAK	Gulaš od mješanog mesa, kolač		460
	UŽINA 2	Kruh, ABC sir, voće		220
	RANA VEČERA	Tjestenina sa sirom		250
Ukupno kcal				1470
ČETVRTAK 20.06.2019.	ZAJUTRAK			
	DORUČAK			
	UŽINA 1			
	RUČAK			
	UŽINA 2			
	RANA VEČERA			
Ukupno kcal				
PETAK 21.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi, čaj		250
	DORUČAK	Pohani kruh, čaj		230
	UŽINA 1	Sezonsko voće		50
	RUČAK	Juha, pužići u umaku od tune, salata		500
	UŽINA 2	Buhtle, voće		250
	RANA VEČERA	Smoothie sa bananom i kruškom		170
Ukupno kcal				1450

PROLJETNO-LJETNI JELOVNIK – mjesec LIPANJ 2019.godine – od 24. do 28.06.2019.

		MENI	kcal
PONEDJELJAK 24.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi, čaj	250
	DORUČAK	Gris s posipom	205
	UŽINA 1	Sezonsko voće	50
	RUČAK	Varivo od kelja, kolač	480
	UŽINA 2	Kruh, namaz od slanutka, voće	230
	RANA VEČERA	Smoothie sa bananom i žitaricama	180
Ukupno kcal			1390
UTORAK 25.06.2019.	ZAJUTRAK		
	DORUČAK		
	UŽINA 1		
	RUČAK		
	UŽINA 2		
	RANA VEČERA		
Ukupno kcal			
SRIJEDA 26.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi, čaj	250
	DORUČAK	Omlet sa jajima i sirom, čaj	240
	UŽINA 1	Sezonsko voće	50
	RUČAK	Juha, svinjetina u umaku, hajdina kaša, salata	510
	UŽINA 2	Štrudla sa jabukom	230
	RANA VEČERA	Palenta sa jogurtom	215
Ukupno kcal			1495
ČETVATAK 27.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi, čaj	250
	DORUČAK	Čokoladne kuglice na mlijeku	220
	UŽINA 1	Sezonsko voće	50
	RUČAK	Juha, faširanci, rizi-bizi, salata	520
	UŽINA 2	Kruh, linolada, voće	240
	RANA VEČERA	Pita od jabuka	140
Ukupno kcal			1420
PETAK 28.06.2019.	ZAJUTRAK	Keksi,čaj	250
	DORUČAK	Kruh, sir gouda	225
	UŽINA 1	Sezonsko voće	50
	RUČAK	Juha, lasanje od povrća, salata	550
	UŽINA 2	Palačinke sa namazom, voće	250
	RANA VEČERA	Voćna kašica sa keksima i svježim sirom	215
Ukupno kcal			1540