DJEČJI VRTIĆ VESELA LOPTICA

# JELOVNIK • PROSINAC 2026.

Prijepis dostavljenog jelovnika s okvirnom energetskom vrijednošću obroka.

## 1. TJEDAN | 1. – 4. prosinca 2026.

| UTORAK • 01.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, pohani kruh, čaj | ≈ 250 kcal |
| **Ručak** | Bistra pileća juha s rezancima, pileći rižoto s povrćem, kupus salata, voćni sok | ≈ 450 kcal |
| **Užina** | Kruh, Lino Lada, voće | ≈ 230 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1040 kcal** |

| SRIJEDA • 02.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Šušenjka na mlijeku s posipom od kakaa | ≈ 260 kcal |
| **Ručak** | Kruh, varivo od poriluka s mesom, čokoladni kolač, voda | ≈ 460 kcal |
| **Užina** | Punjeni klipići sa šunkom i sirom | ≈ 260 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1090 kcal** |

| ČETVRTAK • 03.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, Margo namaz, čaj | ≈ 210 kcal |
| **Ručak** | Krem juha od tikve, svinjetina na saftu, palenta, zelena salata, voda | ≈ 470 kcal |
| **Užina** | Kruh, Zdenka sir, voće | ≈ 220 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1010 kcal** |

| PETAK • 04.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, namaz od hamburgera, čaj | ≈ 230 kcal |
| **Ručak** | Juha s povrćem, tuna u umaku od rajčice, tjestenina, kiseli krastavci | ≈ 430 kcal |
| **Užina** | Voćni kolač | ≈ 220 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 990 kcal** |

Napomena: Kalorije su procjene za tipične dječje porcije i uobičajenu pripremu.

## 2. TJEDAN | 7. – 11. prosinca 2026.

| PONEDJELJAK • 07.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Čokoladne loptice na mlijeku | ≈ 270 kcal |
| **Ručak** | Kruh, varivo od graška s noklecima i hamburgerom, kolač od maka, voda | ≈ 480 kcal |
| **Užina** | Kruh, mesni narezak, voće | ≈ 230 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1090 kcal** |

| UTORAK • 08.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, pašteta, čaj | ≈ 230 kcal |
| **Ručak** | Pileća juha s krpicama, faširanci, riža s povrćem, kupus salata | ≈ 460 kcal |
| **Užina** | Kruh, marmelada, voće | ≈ 210 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1010 kcal** |

| SRIJEDA • 09.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Gris s posipom od kakaa | ≈ 260 kcal |
| **Ručak** | Varivo od miješanog povrća, kruh, bečke kocke | ≈ 440 kcal |
| **Užina** | Domaće pecivo | ≈ 210 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1020 kcal** |

| ČETVRTAK • 10.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, maslac, med, čaj | ≈ 240 kcal |
| **Ručak** | Sekeli gulaš, pire | ≈ 460 kcal |
| **Užina** | Kiselo mlijeko, dvopek | ≈ 190 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1000 kcal** |

| PETAK • 11.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, namaz od tune, čaj | ≈ 240 kcal |
| **Ručak** | Krem juha od cvjetače, pizza | ≈ 480 kcal |
| **Užina** | Kolač od jabuke | ≈ 220 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1050 kcal** |

Napomena: Kalorije su procjene za tipične dječje porcije i uobičajenu pripremu.

## 3. TJEDAN | 14. – 18. prosinca 2026.

| PONEDJELJAK • 14.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Palenta s jogurtom | ≈ 260 kcal |
| **Ručak** | Kruh, fino varivo, mramorni kolač | ≈ 460 kcal |
| **Užina** | Kruh, šunka fina, voće | ≈ 230 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1060 kcal** |

| UTORAK • 15.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, ABC sir, čaj | ≈ 230 kcal |
| **Ručak** | Krem juha od brokule, lazanje bolognese, kupus | ≈ 490 kcal |
| **Užina** | Pita s jabukom | ≈ 240 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1070 kcal** |

| SRIJEDA • 16.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Riža na mlijeku | ≈ 270 kcal |
| **Ručak** | Kruh, varivo od miješanih žitarica s mesom, kukuruzna zlevanka | ≈ 470 kcal |
| **Užina** | Zdenka sir, kruh | ≈ 210 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1060 kcal** |

| ČETVRTAK • 17.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, maslac, med | ≈ 230 kcal |
| **Ručak** | Goveđa juha s rezancima, kuhana junetina u umaku od špinata, pire krumpir, kiseli krastavci | ≈ 490 kcal |
| **Užina** | Kruh, Lino Lada, voće | ≈ 230 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1060 kcal** |

| PETAK • 18.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, pašteta, čaj | ≈ 230 kcal |
| **Ručak** | Pileća žaca juha, tjestenina sa sirom, zelena salata | ≈ 450 kcal |
| **Užina** | Buhtle s pekmezom od šljiva | ≈ 260 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1050 kcal** |

Napomena: Kalorije su procjene za tipične dječje porcije i uobičajenu pripremu.

## 4. TJEDAN | 21. – 23. prosinca 2026.

| PONEDJELJAK • 21.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kukuruzni cornflakes na mlijeku | ≈ 260 kcal |
| **Ručak** | Kruh, varivo od cvjetače s piletinom, kokos kocke | ≈ 450 kcal |
| **Užina** | Kruh, pariška kobasica, voće | ≈ 230 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1050 kcal** |

| UTORAK • 22.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, pečena jaja, čaj | ≈ 270 kcal |
| **Ručak** | Kruh, sarma, pire krumpir | ≈ 480 kcal |
| **Užina** | Kruh, marmelada, čaj | ≈ 200 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1060 kcal** |

| SRIJEDA • 23.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Gris s posipom od kakaa | ≈ 260 kcal |
| **Ručak** | Kruh, varivo od mahuna i kaše s mesom, voćni kolač | ≈ 480 kcal |
| **Užina** | Domaći slanci | ≈ 210 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1060 kcal** |

Napomena: Kalorije su procjene za tipične dječje porcije i uobičajenu pripremu.

## 5. TJEDAN | 28. – 30. prosinca 2026.

| PONEDJELJAK • 28.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Keksi na mlijeku | ≈ 260 kcal |
| **Ručak** | Kruh, varivo od mahuna s hamburgerom, kakao kocke | ≈ 460 kcal |
| **Užina** | Kruh, pivska kobasica, voće | ≈ 230 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1060 kcal** |

| UTORAK • 29.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, pašteta, čaj | ≈ 230 kcal |
| **Ručak** | Juha s rezancima, puretina u umaku od povrća, hajdina kaša, kiseli krastavci | ≈ 470 kcal |
| **Užina** | Kruh, Lino Lada, voće | ≈ 230 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1040 kcal** |

| SRIJEDA • 30.12.2026. | | |
|---|---|---|
| **Zajutrak** | Čaj, keks | ≈ 110 kcal |
| **Doručak** | Kruh, namaz od hamburgera, čaj | ≈ 230 kcal |
| **Ručak** | Varivo od leće s mesom, kolač od višnje | ≈ 460 kcal |
| **Užina** | Domaći klipić, voćni jogurt | ≈ 250 kcal |
| **UKUPNO ZA DAN** | | **≈ 1050 kcal** |

Napomena: Kalorije su procjene za tipične dječje porcije i uobičajenu pripremu.

*Napomena: Jelovnik je podložan promjenama ovisno o dostupnosti namirnica i organizacijskim potrebama vrtića.*