

## Tjedni jelovnik za prehranu učenika u OŠ Jabukovac-Zagreb od 2. 5. 2024. – 31. 5. 2024.

DAN	Doručak (mliječni obrok)	Ručak	Užina
<b>1.5.2024.</b> srijeda			
<b>2. 5. 2024.</b> četvrtak	Toast šunka pureća maslac Crni kruh Bijela kava Voće	Meksički rižoto s piletinom Kupus salata s mrkvom	Zobeni keksi Voće Orašasti plodovi
<b>3. 5. 2024.</b> petak	Školska pizza petkom Čaj s limunom i medom Voće	Juha od rajčice Panirani oslić, blitva na lešo s krumpirom Voće	Puding i voće
DAN	Doručak (mliječni obrok)	Ručak	Užina
<b>6. 5. 2024.</b> ponedjeljak	Zrnin pecivo Sirni namaz, ribana mrkva Čaj s limunom i medom Voće	Varivo od mješanih grahorica Integralni kruh Kupus salata	Savijača s jabukama
<b>7. 5. 2024.</b> utorak	<b>Švedski stol</b> Zdravi namazi, voće, povrće, žitarice/mlijeko, smoothie, šunka, sir	Povrtna juha s prosom Pileći burger u integralnom pecivu ( dodaci po želji- zel. salata, kiseli krastavci, rajčica, sir)	Keksi, grisini Jogurt s voćem
<b>8. 5. 2024.</b> srijeda	Griz s čokoladom Čaj Voće	Varivo od junetine i povrća Integralni kruh Okruglice sa šljivama	Voće
<b>9. 5. 2024.</b> četvrtak	Muesli čokoladne žitarice s mlijekom Voće	Mesna štruca Slatki kupus s rajčicom, pire krumpir Voće	Kukuruzna kiflica, čaj
<b>10. 5. 2024.</b> petak	Namaz od tune i povrće , crni kruh Čaj Voće	Lignje na buzaru Kukuruzni žganci Zelena salata s rotkvicama	Crni kruh s Nutkom

DAN	Doručak (mliječni obrok)	Ručak	Užina
<b>13. 5. 2024.</b> <b>ponedjeljak</b>	Integralni klipić Acidofilno mlijeko ili jogurt s probiotikom Voće	Povrtna juha Tjestenina s rajčicom i parmezanom Zelena salata s mrkvom	Sirni namaz i crni kruh, sok
<b>14. 5. 2024.</b> <b>utorak</b>	<b>Švedski stol</b> Zdravi namazi, voće, povrće, žitarice/mlijeko, smoothie, šunka, sir	Pileći paprikaš, njoki Kupus salata Voće	Zobeni keksi ili krekeri Limunada
<b>15. 5. 2024.</b> <b>srijeda</b>	Šareni sendvič Čaj Voće	Varivo od graha Integralni kruh Kao kao desert	Voće i keksi
<b>16. 5. 2024.</b> <b>četvrtak</b>	Tvrdo kuhano jaje Jogurt s probiotikom Crni kruh	Panirana pileća prsa u sezamu Riža Zelena salata s rotkvicama Voće	Crni kruh Domaća pileća pašteta ili namaz od slanutka Čaj s limunom i medom
<b>17. 5. 2024.</b> <b>petak</b>	Sirnica Čaj Voće	Riblja juha s rižom Panirani oslić Kelj lešo s krumpirom	Puding i voće

DAN	Doručak (mliječni obrok)	Ručak	Užina
<b>20. 5. 2024.</b> <b>ponedjeljak</b>	Pecivo sa sjemenkama Sirni namaz s vlascem Mlijeko ili kakao Voće	Varivo od leće i tjestenine Kupus salata s mrkvom Crni kruh Voće	Zlevanka s tikvicama
<b>21. 5. 2024.</b> <b>utorak</b>	<b>Švedski stol</b> Zdravi namazi, voće, povrće, žitarice/mlijeko, smoothie, šunka, sir	Goveđa juha Mesne okruglice u umaku od rajčice Pire krumpir Zelena salata	Raženi kruh, čokoladni namaz
<b>22. 5. 2024.</b> <b>srijeda</b>	Griz na mlijeku s čokoladom Čaj Voće	Fino varivo Crni kruh Palačinke	Miješano voće
<b>23. 5. 2024.</b> <b>četvrtak</b>	Domaća pileća pašteta Raženi kruh Jogurt s probiotikom Voće	Piletina pečena, mlinci Miješana salata	Voće i keksi
<b>24. 5. 2024.</b> <b>petak</b>	Kukuruzni svitak Čaj Voće	Povrtna juha Morski rižoto s povrćem Zelena salata Voće	Kremasti jogurt

DAN	Doručak (mliječni obrok)	Ručak	Užina
<b>27. 5. 2024.</b> <b>ponedjeljak</b>	Zdravi sendvič Jogurt Voće	Tjestenina s umakom od rajčice i tikvicama Zelena salata s bučnim sjemenkama Voće	Kukuruzni kruh Namaz od tune, slanutka i sira
<b>28. 5. 2024.</b> <b>utorak</b>	<b>Švedski stol</b> Zdravi namazi, voće, povrće, žitarice/mlijeko, smoothie, šunka, sir	Goveđi gulaš Palenta Kupus salata Sok od naranče 100 % prirodan	Raženi kruh Maslac, marmelada ili med
<b>29. 5. 2024.</b> <b>srijeda</b>	Sendvič s kuhanim jajetom Voće	Varivo od puretine, mrkve i graška Kruh sa sjemenkama	Voće i keksi
<b>30. 5. 2024.</b> <b>četvrtak</b>			
<b>31. 5. 2024.</b> <b>petak</b>	Školska pizza petkom Čaj Voće	Povrtna juha Rižoto s lignjama Miješana salata Voće	Mliječni sladoled