

TJEDNI PLAN PREHRANE

TJEDAN: 28.07. - 01.08.

PONEDJELJAK

DORUČAK:

Prežgana juha s jajima

RUČAK:

Bistra povrtna juha,
tjestenina sa svježim sirom

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Kolač

UTORAK

DORUČAK:

Marmelada, kruh, mlijeko

RUČAK:

Varivo od miješanog povrća s
usitnjenim mesom, kolač

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Napolitanke

SRIJEDA

DORUČAK:

Gris na mlijeku, kakao

RUČAK:

Juha, mesna štruca, pirjani kupus s
krpicama

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Voće

ČETVRTAK

DORUČAK:

Sirni namaz s vlascem, kruh, čaj

RUČAK:

Grah varivo s ječmenom kašom i
sušenim mesom

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Kolač

PETAK

DORUČAK:

Drobljenac na mlijeku

RUČAK:

Bistra povrtna juha, pečena svinjetina,
heljdina kaša, zelena salata

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Jogurt