

# TJEDNI PLAN PREHRANE

TJEDAN: 03.11. - 07.11.

## PONEDJELJAK

### DORUČAK:

Šunka, bakin kruh, čaj

### RUČAK:

Varivo od mahuna sa svinjetinom i  
krumpirom, bakin kruh, biskvit sa višnjama

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Jogurt

## UTORAK

### DORUČAK:

Čokoladni namaz, polubijeli kruh, mlijeko

### RUČAK:

Juneći paprikaš, palenta, salata od  
kupusa i mrkve

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Voće

## SRIJEDA

### DORUČAK:

Drobljenac na mlijeku, kakao

### RUČAK:

Pileća juha, piletina u umaku od povrća,  
tjestenina, zelena salata

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Maslac, kruh

## ČETVRATAK

### DORUČAK:

Pileća pašeta pripremljena u vrtiću,  
polubijeli kruh, čaj

### RUČAK:

Varivo od graha sa korjenastim povrćem,  
polubijeli kruh

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Savijača od sira i špinata

## PETAK

### DORUČAK:

Namaz od sira, kruh sa vlascem, čaj

### RUČAK:

Sekeli gulaš, pire krumpir, polubijeli kruh

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Keksi

TJEDAN: 10.11. - 14.11.

## PONEDJELJAK

### DORUČAK:

Gris na mlijeku, kakao

### RUČAK:

Krem juha od špinata, rižoto od junetine i  
povrća, kruh, kiseli krastavci

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Marmelada, kruh

## UTORAK

### DORUČAK:

Maslac, med, polubijeli kruh, čaj

### RUČAK:

Varivo od kisele repe, graha i suhog mesa,  
polubijeli kruh

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Zljevka sa sirom

## SRIJEDA

### DORUČAK:

Kukuruzne pahuljice, mlijeko

### RUČAK:

Povrtna juha, pečena piletina, proso sa  
povrćem, zelena salata sa lukom

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Voće

## ČETVRATAK

### DORUČAK:

Prežgana juha sa jajima, polubijeli kruh

### RUČAK:

Tjestenina, bolonjez umak, cikla

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Kompot kuhan u vrtiću

## PETAK

### DORUČAK:

Pašteta od tune pripremljena u vrtiću,  
polubijeli kruh, čaj

### RUČAK:

Varivo od graška, mrkve i nokleca sa usitnjenim  
mesom, polubijeli kruh, kolač sa rogačem

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Jogurt