

TJEDNI PLAN PREHRANE

TJEDAN: 15.12. - 19.12.

PONEDJELJAK

DORUČAK:

Palenta, bijela kava

RUČAK:

Šarena povrtna juha, rižoto od junetine i povrća, cikla

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Margo, kruh

UTORAK

DORUČAK:

Čokoladni namaz, polubijeli kruh

RUČAK:

Varivo od graha i ječmene kaše, kruh

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Klipići

SRIJEDA

DORUČAK:

Zlatni grís na mlijeku, kakao

RUČAK:

Pileća juha, pečena piletina, kus kus sa povrćem, zelena salata

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Voće

ČETVRATAK

DORUČAK:

Pileća pašeta pripremljena u vrtiću, polubijeli kruh, čaj

RUČAK:

Varivo od repe i graha sa kobasicom, kruh, biskvit sa višnjama

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Keksi

PETAK

DORUČAK:

Namaz od svježeg sira, kruh sa vlascem, čaj

RUČAK:

Tjestenina, bolonjez, kupus salata

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Jogurt

PONEDJELJAK

DORUČAK:

Šunka, bakin kruh

RUČAK:

Varivo od povrća i usitnjenog mesa sa noklicama, bakin kruh

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Savijača od sira i špinata

UTORAK

DORUČAK:

Drobljenac na mlijeku, kakao

RUČAK:

Juha od brokule, tjestenina, umak od tune, kupus salata

UŽINA 1: Voće

UŽINA 2: Jogurt

SRIJEDA

DEŽURSTVO Badnjak



ČETVRATAK

SRETAN BOŽIĆ!



PETAK

Blagdan sv. Stjepana

