

TJEDNI JELOVNIK 03.11.2025.-07.11.2025.

UUID 858124ce-6d28-4182-ace5-ecacccb3555b4	Period 03.11.2025 - 07.11.2025	Naziv djeteta KINDERGARTEN HMS Menu (4-6 god)
Organizacija DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA Trg kralja Tomislava 2, Prelog -	Odgovorna osoba organizacije Kristina Posavec ravnateljica	Suradnik stručnjak Sara Stoček
Zabranjeni alergeni N/A	Dnevne hranjive vrijednosti Energijska vrijednost: Min: 1300, Max: 1600 Proteini: Min: 37.5, Max: 63.8 Masti: Min: 35, Max: 65 Ugljikohidrati: Min: 165, Max: 250	
Opće preporuke U planiranju prehrane djeteta vrtićke dobi u obzir valja uzeti slijedeće čimbenike: – prehrambene potrebe za energijom, hranjivim tvarima, vitaminima i mineralima koje moraju omogućiti normalni život te rast i razvoj djeteta; – socijalne i razvojne aspekte hranjenja primjerene dobi kao što su uključivanje u društveni život, razvoj motorike, psihološke faze, stjecanje prehrambenih navika, itd; – mogućnosti prevencije patoloških stanja i kroničnih bolesti odraslih.		

Opis

Prehrana za djecu u dječjim vrtićima od 1 do 6 godina: Preporuke izrađene prema Prehrambenom standardu za planiranje prehrane djece u vrtićima, Prehrane u općoj i kliničkoj pedijatriji (Kolaček, Hojsak, Niseteo), Sukladno programu zdravstvene zaštite djece, higijene i pravilne prehrane djece u dječjim vrtićima (NN 105/02, NN 55/06), Izmjenama i dopunama zdravstvene zaštite djece, higijene i pravilne prehrane djece u dječjim vrtićima (NN 121/07). U vrtićima se poslužuje 4 obroka (zajutrak, doručak, ručak, užina). Preporuke: energetske unos: 1600kcal proteini 10-15% masti 30-35% ugljikohidrati 50-60%

Jelovnici su podložni promjenama.

Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.

Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s važećim zakonima i pravilnicima.

Za dodatne informacije o jelovnicima obratite se nadležnoj osobi organizacije.

Jelovnik Tjedan 1
Organizacija

03.11.2025 - 09.11.2025

DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA

Trg kralja Tomislava 2, Prelog



Dan u tjednu	Obroci	Naziv obroka	Energijska vrijednost	Proteini	Masti	Ugljikohidrati	Alergeni
Ponedjeljak 03.11.2025	Zajutrak	ČAJ VOĆNI S MEDOM I LIMUNOM, PETIT BEURE (3 kom)	132kCal	2.0g	3.0g	25.3g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	KRUH SA SVJEŽIM SIROM I JAJETOM, ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM	270kCal	12.7g	5.1g	41.6g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka)	95kCal	1.1g	0.2g	23.3g	-
	Ručak	ZAPEČENA TJESTENINA SA SIROM I PILETINOM, KREM JUHA OD GRAŠKA	364kCal	20.5g	11.4g	47.8g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	SENDVIČ S PUREĆOM ŠUNKOM, MASLACEM I SALATOM	138kCal	6.5g	3.8g	18.3g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
Utorak 04.11.2025	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (3 kom)	122kCal	1.8g	3.0g	21.9g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	GRIZ NA MLIJEKU S ČOKOLADOM	238kCal	9.5g	9.6g	28.2g	Soja, Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i Naranča)	86kCal	1.4g	0.2g	20.8g	-
	Ručak	KELJ VARIVO SA SVINJETINOM, POVRĆEM I KRUPIROM, JOGURT PITA, 2 ŠNITE KRUHA - RAŽENI	508kCal	18.8g	16.4g	70.9g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten, Celer

Jelovnici su podložni promjenama.

Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.

Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s važećim zakonima i pravilnicima.

Za dodatne informacije o jelovnicima obratite se nadležnoj osobi organizacije.

Srijeda 05.11.2025	Popodnevna užina	KRUH S NAMAZOM OD SIRA I SLANINE	125kCal	4.9g	3.5g	17.7g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten, Celer(T)
	Zajuttrak	ČAJ OD ŠIPKA S MEDOM I LIMUNOM , PETIT BEURE (3 kom)	127kCal	1.9g	3.0g	23.0g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	BIJELA KAVA ZA VRTIĆANCE, KRUH S NAMAZOM OD MASLACA I MARELICA	266kCal	9.5g	9.4g	34.6g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka)	95kCal	1.1g	0.2g	23.3g	-
	Ručak	KREM JUHA OD NARANČASTE BUĆE, PEČENA PILETINA, PIRE KRUMPIR I ŠPINAT PIRE , ZELENA SALATA	364kCal	16.4g	18.4g	35.1g	Sumporni dioksid, Mlijeko i proiz., Laktoza(T), Laktoza, Jaja(T), Gluten(T), Gluten, Celer(T)
	Popodnevna užina	SENDVIČ SA ŠUNKICOM, JABUKA	182kCal	5.9g	4.6g	28.2g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gorušćica, Gluten
Četvrtak 06.11.2025	Zajuttrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTICI (3 kom)	149kCal	2.3g	4.9g	22.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
	Doručak	NAMAZ OD TUNE I SLANUTKA SA SVJEŽIM SIROM , KAKAO S ČOKOLADOM U PRAHU, 1 ŠNITA I POL KRUHA	313kCal	13.8g	11.4g	37.9g	Soja, Sezam, Riba, Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Jabuka i Naranča)	56kCal	0.6g	0.0g	13.9g	-
	Ručak	BISKVITNI KOLAČ OD ČOKOLADE I ŠUMSKOG VOĆA , VARIVO OD PORILUKA, 1 ŠNITA KRUHA	459kCal	14.1g	14.2g	68.8g	Soja, Sezam(T), Sezam, Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Laktoza, Kikiriki(T), Jaja(T), Jaja, Gluten
	Popodnevna užina	KRUH S MEDOM I MASLACEM	145kCal	3.4g	4.5g	21.8g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten

Jelovnici su podložni promjenama.

Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.

Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s važećim zakonima i pravilnicima.

Za dodatne informacije o jelovnicima obratite se nadležnoj osobi organizacije.

Petak 07.11.2025	Zajutrak	ČAJ OD KAMILICE S MEDOM I LIMUNOM , ČAJNI KOLUTICI (3 kom)	154kCal	2.4g	4.9g	23.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
	Doručak	ČOKO-LOPTICE I ZOBENE PAHULJICE NA MLIJEKU	234kCal	9.7g	7.8g	31.2g	Soja, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Naranča i Kruška)	48kCal	0.8g	0.0g	12.1g	-
	Ručak	ŠARENA POVRTNA JUHA, CIKLA SALATA, DINSTANA HELJDA, JUNETINA U POVRTNOM UMAKU	423kCal	18.9g	16.0g	51.0g	Gluten(T), Gluten, Celer
	Popodnevna užina	1 ŠNITA KRUHA , PAŠTETA OD PILETINE SA KREM SIROM	142kCal	7.1g	4.4g	18.1g	Soja, Sezam, Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Jaja(T), Gluten

Jelovnici su podložni promjenama.

Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.

Označavanje jelovnika je napravljeno u skladu s važećim zakonima i pravilnicima.

Za dodatne informacije o jelovnicima obratite se nadležnoj osobi organizacije.