

TJEDNI JELOVNIK 08.09.2025.-12.09.2025.**UUID**

824cbb7a-4988-4255-9d00-2c45b1cac998

Period

08.09.2025 - 14.09.2025

Naziv djeteta

KINDERGARTEN HMS Menu (1-6 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: 1020, Max: 1280

Ugljikohidrati: Min: 114.8, Max: 176

Masti: Min: 25.5, Max: 48

Proteini: Min: 34, Max: 56.9

Opće preporuke

-

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 (zajutak, doručak, ručak, užina) te je uzeto 85% srednjeg preporučenog dnevnog unosa za prehranu djece od 1-3 godine (1200kcal) te od 4-6 godina (1600kcal). Minimalni unos nutrijenata predstavlja 85% srednjih preporuka za djecu od 1-3 godine, a maksimalna vrijednost predstavlja 80% preporuka za djecu 4-6 godina. Preporuke: proteini 10-15% masti 30-35% ugljikohidrati 50-60%.

Jelovnik Tjedan 1
Organizacija

08.09.2025 - 14.09.2025

DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA

Trg kralja Tomislava 2, Prelog



Dan u tjednu	Obroci	Naziv obroka	Energijska vrijednost	Proteini	Masti	Ugljikohidrati	Alergeni
Ponedjeljak 08.09.2025	Zajuttrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, PETIT BEURE (3 kom)	130kCal	1.8g	3.0g	23.9g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	KRUH S NAMAZOM OD MASLACA I ŠIPKA , KAKAO SA ŠEĆEROM	247kCal	9.8g	9.9g	28.7g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	MIX NEKTARINA JABUKA	41kCal	0.5g	0.0g	10.2g	-
	Ručak	SALATA KRSTAVCI KISELI, RAGU POVRTNA JUHA, TJESTENINA SA SIROM	363kCal	13.9g	13.5g	48.1g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Goruščica, Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	BANANA U ČOKOLADI S KOKOSOM	110kCal	1.5g	4.6g	17.8g	Soja, Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Kikiriki(T), Jaja(T), Gluten(T)
Utorak 09.09.2025	Zajuttrak	PETIT BEURE (3 kom), ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM	130kCal	1.8g	3.0g	23.9g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Kikiriki(T), Gluten
	Doručak	SENDVIČ S JAJEM I RAJČICOM , ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM	134kCal	5.2g	4.2g	18.8g	Soja, Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten
	Jutarnja užina	JABUKA	40kCal	0.0g	0.0g	10.0g	-
	Ručak	MAHUNE VARIVO SA SVINJETINOM I POVRĆEM , 2 ŠNITE KRUHA, ZVJEZDICE (SITNI KEKSI)	507kCal	13.4g	14.1g	82.4g	Soja(T), Sezam(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Goruščica(T), 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 10.09.2025	Popodnevna užina	SLATKI SIRNI DESERT SA ŠUMSKIM VOĆEM, PETIT BEURE (2 kom)	131kCal	5.6g	3.8g	17.9g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(T), Gluten
	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (3 kom)	149kCal	2.3g	4.9g	22.4g	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	GROŽĐE	72kCal	0.7g	0.0g	18.4g	-
	Ručak	KUPUS SALATA , BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA, MLINCI, PEČENA PILEĆA PRSA	386kCal	21.0g	12.5g	46.5g	Jaja, Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I KURKUMOM	136kCal	5.6g	4.7g	19.3g	Sezam, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten, Celer(T)
Četvrtak 11.09.2025	Zajutrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (3 kom)	157kCal	2.3g	4.9g	24.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
	Doručak	VESELI ČOKOLINO	250kCal	9.4g	8.0g	34.4g	Soja, Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	JABUKA	40kCal	0.0g	0.0g	10.0g	-
	Ručak	VARIVO OD PORILUKA S JEČMENOM KAŠOM, MESOM I KORIJENASTIM POVRĆEM, PETIT BEURE (2 kom), 1 ŠNITA KRUHA	444kCal	16.0g	15.9g	60.6g	Sumporni dioksid, Soja(T), Soja, Sezam, Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Lupina(T), Kikiriki(T), Jaja(T), Gluten, Celer
	Popodnevna užina	VOĆNA SALATA	104kCal	1.7g	3.2g	18.9g	Sezam(T), Orašidi, Kikiriki(T)
	Zajutrak	ČAJ OD LIPE SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIĆI (3 kom)	157kCal	2.3g	4.9g	24.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
	Doručak	ŽGANCİ SA KISELİM MLIJEKOM I SEZAMOM	244kCal	7.5g	9.4g	33.9g	Soja(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten(T), Celer(T)

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 12.09.2025	Jutarnja užina	KRUŠKA	41kCal	0.3g	0.0g	10.6g	-
	Ručak	SALATA MIJEŠANI KUPUS, RIŽOTO S PURETINOM I ŠPINATOM, JUHA OD POVRĆA	336kCal	15.5g	9.8g	46.5g	Sumporni dioksid, Kikiriki(T), Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	SENDVIČ SA SIROM I KRSTAVCIMA	141kCal	6.6g	4.5g	17.8g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Jaja(T), Goruščica, 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.