

TJEDNI JELOVNIK 27.10.2025.-31.10.2025.

UUID a090d626-a08b-4075-a2fa-ab91de57d795	Period 27.10.2025 - 31.10.2025	Naziv djetete 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.		

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.

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: energetski unos: 1600kcal proteini 10-15% masti 30-35% ugljikohidrati 50-60%

Jelovnik Tjedan 1
Organizacija

27.10.2025 - 02.11.2025

DJEČJI VRTIĆ FIJOLICA

Trg kralja Tomislava 2, Prelog



Dan u tjednu	Obroci	Naziv obroka	Energijska vrijednost	Proteini	Masti	Ugljikohidrati	Alergeni
Ponedjeljak 27.10.2025	Zajuttrak	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	ČAJ OD ŠIPKA S MEDOM I LIMUNOM, ZOBENE SA SIROM I BOBICAMA	245kCal	12.5g	6.1g	33.9g	Soja, Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka)	95kCal	1.1g	0.2g	23.3g	-
	Ručak	PRETEPENI KRUMPIR, BISKVITNI KOLAČ OD ČOKOLADE I MARELICE	383kCal	10.0g	14.6g	54.1g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten
	Popodnevna užina	KRUH SA SIRMIM NAMAZOM I DŽEMOM	147kCal	4.1g	3.2g	24.6g	Sumporni dioksid, Sezam, Mlijeko i proiz., Gluten
Utorak 28.10.2025	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	ŽGANCI NA MLIJEKU	252kCal	9.0g	9.4g	33.1g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka)	95kCal	1.1g	0.2g	23.3g	-
	Ručak	KRUMPIR SA ŠPINATOM I BLITVOM, JUHA OD RAJČICE, PANIRANI OSLIĆ	340kCal	18.4g	11.9g	42.0g	Riba, Jaja, Gluten, Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	SENDVIČ SA SIROM	159kCal	5.3g	7.2g	17.6g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, 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.

Srijeda 29.10.2025	Zajutrak	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	PAŠTETA OD TUNE SA KREM SIROM , ŠALICA JOGURTA 2.8% m.m, 2 ŠNITE KRUHA	306kCal	11.5g	9.1g	44.5g	Soja(T), Sezam(T), Riba, Orašidi(T), Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja(T), Gluten
	Jutarnja užina	BANANA	128kCal	1.8g	0.5g	30.7g	-
	Ručak	ZELENA SALATA, VRTIČKI BOLOGNESE, GOVEĐA JUHA S GRIZ NOKLICAMA	417kCal	18.2g	16.3g	49.5g	Sumporni dioksid, Jaja(T), Jaja, Gluten, Celer
	Popodnevna užina	SENDVIČ S JAJEM I SIROM	153kCal	7.9g	5.3g	17.7g	Soja(T), Sezam(T), Mlijeko i proiz., Jaja, Gluten
Četvrtak 30.10.2025	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	SUNČANI DORUČAK S MASLACOM I MEDOM, BIJELA KAVA ZA VRTIČANCE	268kCal	9.5g	8.7g	36.5g	Mlijeko i proiz., Laktoza, Gluten
	Jutarnja užina	MANDARINE	61kCal	1.6g	0.0g	14.4g	-
	Ručak	VARIVO S PILETINOM I TIKVICAMA , KOLAČ OD MRKVE, 2 ŠNITE KRUHA - RAŽENI	536kCal	18.8g	14.3g	82.5g	Mlijeko i proiz.(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Jaja, Gluten, Celer(T)
	Popodnevna užina	KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I VLASCEM	121kCal	4.8g	2.7g	18.8g	Sezam, Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Goruščica(T), Gluten, Celer(T)
	Zajutrak	ČAJ OD ŠIPKA SA ŠEĆEROM I LIMUNOM, ČAJNI KOLUTIČI (3 kom)	149kCal	2.3g	4.9g	22.4g	Soja(T), Mlijeko i proiz.(T), Gluten
	Doručak	KRUH S NAMAZOM OD MASLACA I ŠLJIVA, KAKAO SA ŠEĆEROM	248kCal	9.8g	9.6g	29.7g	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 31.10.2025	Jutarnja užina	MANDARINE	61kCal	1.6g	0.0g	14.4g	-
	Ručak	ŠARENA POVRTNA JUHA, RIŽOTO S PURETINOM I ŠPINATOM, SALATA MIJEŠANI KUPUS	406kCal	16.8g	14.6g	52.5g	Sumporni dioksid, Kikiriki(T), Celer(T), Celer
	Popodnevna užina	SLATKI SIRNI DESERT S MARELICAMA, PETIT BEURE (2 kom)	128kCal	5.5g	3.8g	17.9g	Sumporni dioksid, Soja(T), Orašidi(T), Mlijeko i proiz., Laktoza, Kikiriki(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.