



OŠ KAMEN - ŠINE



J E L O V N I K

ZA STUDENI 2023 GODINE

za cjelodnevni boravak

PONEDJELJAK

ZAJUTRAK	DORUČAK	RUČAK	UŽINA
bijela kava	voće	gulaš s krumpirom	puter štangica
polubijeli kruh		kruh polubijeli	i l i
maslac		salata od svježeg kupusa -	puding od -
ribani sir		i ribane mrkve	vanilije
		sok od naranče prirodni/svježi	

SRIJEDA

ZAJUTRAK	DORUČAK	RUČAK	UŽINA
šipkov čaj	voće	pileća juha s njokicama	kolač od jogurta-
sendvič Ringeraja		pohana piletina	s brusnicama
	groždice	kremasti rižoto od bundeve	kompot
		zelena salata s kukuruzom	
		kruh polubijeli	

PETAK

ZAJUTRAK	DORUČAK	RUČAK	UŽINA
voćni čaj	voće	pužići s jajima i l i	pura
namaz od -		tjestenina s šalšom	jogurt s prob.
slanutka		polpeta od hokaido tikve	
		bijeli pšen. kruh	
		kupus salata	
		čokolada	

UTORAK

ZAJUTRAK	DORUČAK	RUČAK	UŽINA
bijela kava	voće	krem juha od bundeve	jogurt s -
bijeli pšen. kruh		teletina s orzom	probiotikom
mliječni namaz s jajima		bijeli pšenični kruh	integralni keksi
		kolač od kekisa i pudinga	

ČETVRTAK

ZAJUTRAK	DORUČAK	RUČAK	UŽINA
kakao	voće	juha s prosom i povrćem	brzi pužići / kiflica
polubijeli kruh		kremasti njoki s piletinom	sa sirom i šunkom
mliječni namaz		polubijeli kruh	sok od naranče-
hamburger		kolač od mrkve	prirodni/svježi



JELOVNIK IZRADILA:
Jasmina Tadin, bacc.med.techn.