**TJEDNI JELOVNIK ZA VRTIĆ I JASLICE OD 03.04.2023. DO 07.04.2023.**

**PONEDJELJAK 03.04. PRILAGOĐENI OBROCI ZA DJECU S ALERGIJAMA**

**DORUČAK : KRUH SA SJEMENKAMA,MED,ČAJ POLUBIJELI KRUH / BEZGLUTENSKI KRUH**

**UŽINA : SEZONSKO VOĆE**

**RUČAK : VARIVO OD JEČMA S LEĆOM, SLANUTKOM I JUNETINOM, KRUH VARIVO SLANUTAK S JUNETINOM / BEZGLUTENSKI KRUH / POLUB. KRUH**

**UŽINA : JOGURT, SLANCI RIŽINO MLIJEKO, BEZGLUTENSKI KREKERI**

**UTORAK 04.04.**

**DORUČAK : GRIS NA MLIJEKU S POSIPOM OD KAKAA RIŽOLINO SA RIŽINIM MLIJEKOM**

**UŽINA : SEZONSKO VOĆE**

**RUČAK : KREM JUHA OD POVRĆA, PEČENA PILETINA, DINSTANO POVRĆE**

**UŽINA : INTEGRALNE KEKSE BEZGLUTENSKE KEKSE / PETIT KEKSE**

**SRIJEDA 05.04.**

**DORUČAK : MLIJEČNI NAMAZ, KUKURUZNI KRUH, ČAJ POLUBIJELI KRUH / BEZGLUTENSKI KRUH / VOĆNI NAMAZ**

**UŽINA : SEZONSKO VOĆE**

**RUČAK : BOLONJEZ U UMAKU SA TJESTENINOM, KISELI KRASTAVCI TJESTENINA BEZ JAJA / BEZGLUTENSKA TJESTENINA**

**UŽINA : JOGURT PITA**

**ČETVRTAK 06.04.**

**DORUČAK :RAŽENI KRUH, PUREĆA ŠUNKA, ČAJ ILI KAKAO ČAJ / ZAMJENSKO MLIJEKO ( RIŽINO )**

**UŽINA : SEZONSKO VOĆE**

**RUČAK : VARIVO MAHUNE SA SVINJETINOM, KRUH**

**UŽINA : KOLAČ S JABUKAMA MUFFIN S JABUKOM BEZ JAJA, BEZGLUTENSKI MUFFIN**

**PETAK 07.04.**

**DORUČAK :PEČENA JAJA, KRUH, ČAJ ILI MLIJEKO ČOKOLINO SA ZAMJENSKIM MLIJEKOM ( RIŽINO ) / ZDENKA SIR**

**UŽINA : SEZONSKO VOĆE**

**RUČAK : BISTRA JUHA, RIŽOTO S GAMBERIMA, ZELJE SALATA RIŽOTO S POVRĆEM**

**UŽINA : KUKURUZNI KRUH, ČOKO NAMAZ NAMAZ OD MARELICE, BEZGLUTENSKI KRUH / POLUBIJELI KRUH**

**Poštovani roditelji,**

**u tjednu od 03.04.2023. – 07.04.2023. obilježava se tjedan zdravlja. Ove godine tema je zdrava prehrana i zdrave namirnice koje su nam neizostavne za uravnotežen i kvalitetan rast te razvoj. Stoga smo i mi odlučili putem našeg jelovnika obilježiti tjedan zdrave prehrane. Ponedjeljak smo posvetili pažnju žitaricama koje nam daju energiju da budemo aktivni i snažni cijeli dan. Utorak smo posvetili povrću koje sadrži brojne vitamine i minerale koji pomažu našoj probavi i štite organizam od bolesti. Srijedu smo obilježili u znaku mlijeka i mliječnih proizvoda – sjajne zube zahvaljujući siru i mlijeku pokaži, a svoje kosti osnaži! Četvrtak je u znaku voća koje ima veliku važnost za zdravlje,a u petak obilježavamo dan bjelančevina koje su veoma važne za rast i razvoj mišića.**

**Zdravstvena voditeljica Ivana Bacan**