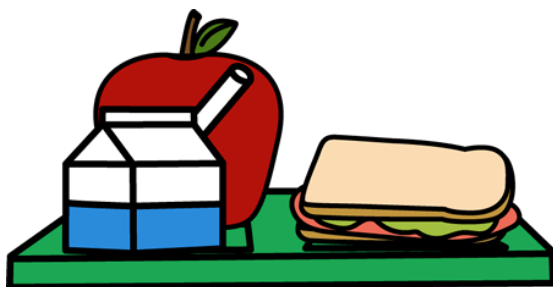
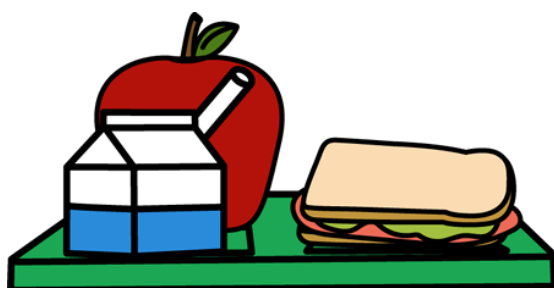


## Tjedan od 8. 9. do 11. 9.



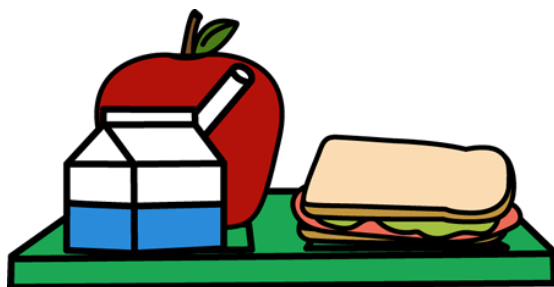
| Datum  | Doručak                                                               | Ručak                                                                 | Užina              | Alergeni                         |
|--------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------|
| 8. 9.  | Raženi kruh<br>Linolada<br>Mlijeko                                    | Varivo od povrća (ječam) i teletine<br>Kupus salata<br>Voće (šljiva)  | Keksi<br>Mlijeko   | D: 1, 7, 8<br>R: 1, 9<br>U: 1, 7 |
| 9. 9.  | Pirov griz s medom i kakao posipom<br>Banana                          | Pečeni batak sa zabatkom<br>Mlinci<br>Zelena salata                   | Kruh<br>Sir trokut | D: 1, 7<br>R: 1<br>U: 1, 7       |
| 10. 9. | Školski sendvič: sir i pureća šunka (coleslaw salata)<br>Voćni čaj    | Punjena paprika<br>Pire krumpir<br>Voće (breskve)                     | Puding             | D: 1, 7<br>R: 1, 3, 7<br>U: 7    |
| 11. 9. | Kukuruzni kruh<br>Maslac i med ili namaz od pečene bundeve<br>Mlijeko | File oslića<br>Blitva s krumpirom<br>Cikla<br>Mramorni kolač (domaći) | Banana             | D: 1, 7<br>R: 1, 3, 7            |

# Tjedan od 14. 9. do 19. 9.



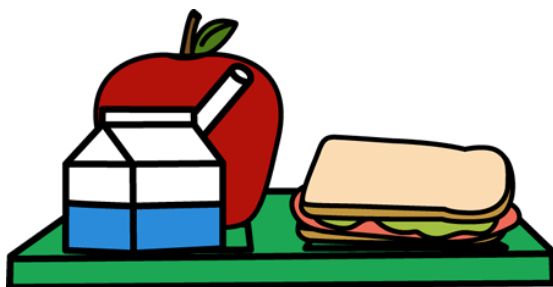
| Datum  | Doručak                                                            | Ručak                                                              | Užina                  | Alergeni                            |
|--------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------------------|
| 14. 9. | Tamni kruh<br>omlet s vlascem<br>Kakao                             | Varivo od heljde s povrćem<br>Rajčica salata<br>Mramorni kolač     | Banana                 | D: 1, 7<br>R: 1, 3, 7               |
| 15. 9. | Kukuruzne<br>pahuljice i čoko<br>pahuljice na<br>mlijeku<br>Banana | Pohano pileće meso<br>Pire krumpir s tikvicama<br>Zelena salata    | Krekeri<br>Mlijeko     | D: 1, 7, 8<br>R: 1, 3, 7<br>U: 1, 7 |
| 16. 9. | Školski sendvič:<br>sir, šunka i povrće<br>Cedevita                | Tjestenina Bolognese<br>Cikla                                      | Voćni jogurt           | D: 1, 7<br>R: 1, 7<br>U: 1, 7       |
| 17. 9. | Palenta<br>Sir i vrhnje<br>Jabuka                                  | Pečena piletina<br>Rizi-bizi<br>Umak od šampinjona<br>Kupus salata | Kroasan s<br>čokoladom | D: 7<br>R: 7, 1<br>U: 1, 3, 7, 8    |
| 18. 9. | Kukuruzni kruh<br>Domaći namaz od<br>tune s maslinama<br>Voćni čaj | Juha s rezancima<br>Pirjane mahune s lignjama<br>Krastavci         | Domaća<br>buhtla       | R: 1                                |

## Tjedan od 21. 9. do 25. 9.



| Datum         | Doručak                                                 | Ručak                                                                     | Užina                                      | Alergeni                               |
|---------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>21. 9.</b> | Raženi kruh<br>Mliječni namaz s<br>hamburgerom<br>Kakao | Krem juha od bundeve<br>Zapečena tjestenina sa<br>sirom i vrhnjem         | Cao-Cao                                    | D: 1, 7<br>R: 1, 3, 7<br>U: 1, 3, 7, 8 |
| <b>22. 9.</b> | Štrukle<br>Bijela kava<br>Namaz od<br>patlidžana        | Junetina u umaku<br>Pirjana riža s graškom i<br>kukuruzom<br>Kupus salata | Banana                                     | D: 1, 7<br>R: 1, 13, 9                 |
| <b>23. 9.</b> | Sendvič: sir, šunka<br>i umak<br>Voćni čaj              | Pohano pileće meso<br>Pire krumpir<br>Zelena salata                       | Integralni<br>keksi<br>Mlijeko             | D: 1, 7<br>R: 1, 3, 7<br>U: 1, 7       |
| <b>24. 9.</b> | Pirov griz s<br>čokoladom<br>Banana                     | Grah varivo s kobasicom<br>Krastavac i rajčica<br>Voće                    | Kukuruzne<br>domaće kifle<br>Tekući jogurt | D: 1, 7<br>R: 1, 9<br>U: 1, 3, 7       |
| <b>25. 9.</b> | Čokoladni kroasan<br>Mlijeko                            | Špinat<br>Pire<br>Pečeno jaje                                             | Čokoladni<br>prutić<br>Voće                | D: 1, 3, 7, 8<br>R: 3, 7<br>U: 1, 7, 8 |

## Tjedan od 28. 9. do 2. 10.



| Datum  | Doručak                                    | Ručak                                                          | Užina               | Alergeni                             |
|--------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------|
| 28. 9. | Palenta<br>Grčki jogurt<br>Jabuka          | Varivo od slanutka i<br>povrća<br>Salata<br>Mramorni kolač     | Sir trokut<br>Kifla | D: 7<br>R: 1, 3, 7<br>U: 1, 7        |
| 29. 9. | Kruh<br>Maslac<br>Pekmez<br>Mlijeko        | Pljeskavice od mesa<br>Pire krumpir<br>Coleslaw salata<br>Voće | Krekeri<br>Šljive   | D: 1, 7<br>R: 1, 3, 7<br>U: 1, 7     |
| 30. 9. | Tortilje sa sirom i<br>šunkom<br>Voćni čaj | Varivo od ječma sa suhim<br>mesom<br>Salata<br>Voće            | Muffin od<br>mrkve  | D: 1, 7<br>R: 1, 9<br>U: 1, 3, 7     |
| 1. 10. | Tamni kruh<br>Linolada<br>Mlijeko          | Pohano pileće meso<br>Špinat<br>Pirjana riža<br>Rajčica salata | Voće                | D: 1, 7, 8<br>R: 1, 7                |
| 2. 10. | Bućnica ili<br>savijača sa sirom<br>Kakao  | Bistra juha<br>Tjestenina s tunom<br>Cikla                     | Cao-Cao             | D: 1, 3, 7<br>R: 1, 12<br>U: 1, 3, 7 |

Pravilna, umjerena i raznovrsna prehrana važna je za sva razdoblja čovjekovog života. Školska kuhinja omogućuje nutritivno bogate obroke koji značajno doprinose jačanju imunološkog sustava. Sukladno učeničkim prehrambenim potrebama školska kuhinja svakodnevno omogućuje učenicima prema zdravstvenim naputcima zamjenu/nadopunu namirnica (npr. nadopuna za laktoza intoleranciju, gluten, jaja itd.). Učenici u školskoj kuhinji uz svaki glavni obrok u danu imaju mogućnost izbora svježeg sezonskog voća.

## **KAZALO ALERGENA**

1. Žitarice koje sadrže gluten
2. Rakovi i proizvodi od rakova
3. Jaja i proizvodi od jaja
4. Riba i riblji proizvodi
5. Kikiriki i proizvodi od kikirikija
6. Zrna soje i proizvodi od soje
7. Mlijeko i mliječni proizvodi
8. Orašasto voće
9. Celer i njegovi proizvodi
10. Gorušica i proizvodi od gorušice
11. Sjeme sezama
12. Sumporni dioksid i sulfati aditivi (konzervirana hrana, suho voće...)
13. Lupina i proizvodi od lupine (vrste mahunarki)
14. Mekušci i proizvodi od mekušaca (hobotnica, lignje, sipa, kozice...)