

Dan 1

1584 kcal

Naziv jela	Praktična količina	Količina	Receptura
------------	--------------------	----------	-----------

DORUČAK [24%]

Mlijeko kravljje punomasno	1 šalica	200 g	
Prosene pahuljice		35 g	
Kakao instant		10 g	
Datule sušene		20 g	
Banane	1 Komada	110 g	

Umjesto datula može drugo suho voće u istoj količini.

MEĐUOBROK I [10%]

Kivi	1 Komada	80 g	
Sjemenke bundeve oljušt. sušene		5 g	
Keks Elvita		10 g	
Jogurt (3,2%mm)		100 g	

Umjesto kivija može drugo sezonsko voće (jabuka ili kruška 1 komad srednje veličine). Jogurt i kivi se mogu izmiksati i posuti sjeckanim sjemenkama bundeve.

RUČAK [35%]

Tjestenina heljdina, kuhana		160 g	
Sok od limuna (prirodni svježi)	1 čajna žlica	5 g	
Puretina mljevena, pirjana	1 serviranje	80 g	
Salata zelena	1 zdjela	50 g	
Juha od povrća		1	<i>Cvjetača smrznuta 20g, Korabica 10g, Mrkva 30g, Peršin list 20g, Sol morska 5g, Ulje suncokretovo 5g</i>
Ulje maslinovo	2 čajna žlica	10 g	

Puretinu mljevenu napraviti kao bolonjz s kuhanom heljdinom tjesteninom.. Salatu začiniti s malom žlicom maslinovog ulja i nekoliko kapi limuna ili jabučnog octa. Sol umjereno koristiti (5-6 g/dnevno). Ukoliko ne odgovara zelena salata može druga salata po izboru.

MEĐUOBROK II [10%]

Humus		30 g	
Kruh integralni	1 šnita	50 g	

Umjesto integralnog kruha 1 šnita može 3 rižina krekeri ili dvopeka 20g.

VEČERA [20%]

Rizi bizi		1	<i>Grašak zeleni (smrznuti) 100g, Luk crveni 10g, Riža ne polirana 50g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 5g, Ulje suncokretovo 5g</i>
Krastavci (svježi, sirovi)		100 g	

Osigurati dovoljan dnevni unos tekućine (voda, blagi nezasićeni čajevi, prirodni cijepljeni sok, nemasne juhe).

UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.583,90 kcal, ugljikohidrati 202,81 g, masti 57,99 g, proteini 65,57 g

Dan 2

1640 kcal

Naziv jela	Praktična količina	Količina	Receptura
DORUČAK [25%]			
Sok od naranče (prirodni svježi)		100 g	
Sir tilzit	serviranje	20 g	
Bijela kava		1	Kavovina divka 5g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 150g, Šećer kristal 5g
Pureća prsa De luxe 1% m	serviranje	30 g	
Kruh heljda		50 g	
Umjesto sira Tilzit može drugi tvrdi sir. Umjesto soka od naranče može sok od drugog voća ili povrća npr od jabuke ili od mrkve. Može se razrijediti s vodom 50%. Umjesto bijele kave može kakao.			
MEZOUBROK I [9%]			
Keks petit beurre		25 g	
Breskva		150 g	
Umjesto breskve može drugo sezonsko voće. Umjesto petit može drugi keks sa smanjenim udjelom šećera.			
RUČAK [34%]			
Juha od bundeve, kremasta, tipa Butternut	1 šalica	200 g	
Rajčica	1 komada	90 g	
Tuna konz. u ulju		60 g	
Salata od tijesta i povrća		1	Brokula smrznuta 50g, Cvjetača smrznuta 50g, Mrkva 50g, Sol morska 1g, Tjestenina s jajima 60g, Vrhnje kiselo (12%mm) 30g
Tunu ocijediti od ulja i umješati u salatu od tijesta i povrća. Salata rajčica.			
MEZOUBROK II [10%]			
Cimet, mljeveni	1 čajna žlica	2.5 g	
Jogurt (3,2%mm)		200 g	
Jabuka (cijela)	0.5 komada	110 g	
Jabuka može ribana prelivena jogurtom i cimetom.			
VEČERA [21%]			
Popeci od kelja		1	Jaje 10g, Kelj glavati 150g, Kruh pšeni ni bijeli 20g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 20g, Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha 10g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 10g
Kvinoja kaša, kuhana		80 g	
Ulje maslinovo	0.5 čajna žlica	2.5 g	
UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.639,85 kcal, ugljikohidrati 212,49 g, masti 58,96 g, proteini 66,70 g			

Dan 3

1586 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [25%]			
Maslac (slani)		10 g	
Kruh miješani (pšen.+raž-puno zrno)		50 g	
Bijela kava		1	Kavovina divka 5g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 150g, Še er kristal 5g
Džem	1 jušna žlica	30 g	
Džem po izboru.			
ME UOBROKI [11%]			
Sjemenke bundeve oljušt. sušene		10 g	
Grož e bijelo		200 g	
RU AK [34%]			
Varivo špinat		1	Brašno meko 5g, Luk bijeli (ešnjak) 1g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 100g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g, Špinat smrznuti 100g
Pire krumpir		1	Krumpir zreli 200g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 50g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g
Juha od povr a		1	Korabica 20g, Mrkva 50g, Peršin list 20g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 2g
Pe ena svinjetina		1	Sol morska .5g, Svinjetina mršava BK 80g, Ulje suncokretovo 2.5g
ME UOBROK II [10%]			
Okruglice sa šljivama		1	Brašno meko 15g, Jaje 10g, Krumpir zreli 50g, Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha 10g, Ulje suncokretovo 1g, Vrhnje kiselo (12%mm) 5g, Šjiva 30g
Umjesto okruglica sa šljivama mogu svježe šljive 2-3 komada i keks petit ili evita 2-3 komada.			
VE ERA [21%]			
Tjestenina heljdina zape ena s mozzarella di buffala		1	Heljdina tjestenina 50g, Jaje 12.5g, Mozzarella di bufala Campana 25g, Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha 2g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 2.5g, Vrhnje rižino Alpro 20g
Raj ica	1 Komada	90 g	
UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.585,68 kcal, ugljikohidrati 204,51 g, masti 60,10 g, proteini 57,47 g			

Dan 4

1618 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [26%]			
Sok od naran e (prirodni svježi)		100 g	
Omlet s kozjim sirom		1	Brašno heljdino 10g, Brašno pirovo 10g, Jaje 50g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 50g, Sir kozji svježi 40g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g
aj šipak s limunom		1	Limun 5g, aj šipak 3g, Se er kristal 3g
Kruh integralni	1 šnita	50 g	
Paprika crvena (mesnata)	1 Komada	70 g	
Umjesto soka od naran e može i od mrkve ili jabuke. za omlet umjesto kozjeg može kravljji sir.			
ME UOBROK I [10%]			
Vo na salata bez še era		1	Banane 50g, Breskva 50g, Cimet, mljeveni .5g, Grož ice (grož e suho) 5g, Jabuka (cijela) 50g, Limun 5g, Orah suhi 20g, Smokve sušene 20g
U vo nu salatu može drugo sezonsko vo e po izboru.			
RU AK [34%]			
Kruh kukuruzni žuti doma i	1 šnita	50 g	
Varivo od povr a s pile im mesom i je menom kašom 100g		1	Brašno meko 5g, Celer korjen 5g, Je mena kaša 40g, Krumpir zreli 100g, Kupus glavati bijeli 15g, Lovorov list .01g, Luk bijeli (ešnjak) 1g, Mrkva 30g, Paprika crvena mljevena .2g, Peršin list 5g, Peršin-sušeni listovi 1g, Pile (bijelo meso bez kosti) 100g, Raj ica ukuhana (konc. 28-30%) 5g, Se er kristal 1g
Salata kupus		1	Kupus glavati bijeli 100g, Ocat jabu ni 5g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g
U varivo može drugo sezonsko povr e u istoj koli ini. Umjesto kukuruznog može integralni ili heljdin kruh.			
ME UOBROK II [10%]			
Kesten pire		100 g	
Na kesten pire može se staviti manja koli ina šlaga ili nekoliko kapi crne okolade ili posuti ribanom okoladom pola ajne žli ice.			
VE ERA [19%]			
Umak od krastavaca		1	Brašno pirovo 10g, Krastavci kiseli 20g, Luk crveni 10g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 5g, Vrhnje kiselo (12%mm) 15g
Pohana cvjeta a		1	Brašno oštro 20g, Cvjeta a (samo cvijet) 150g, Jaje 25g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 30g, Sol morska 1g, Ulje suncokretovo 7g
Predhodno na pari prokuhanu i ohla enu cvjeta u panirati, Posložiti na lim, prelići s uljem i termi ki obraditi u pe nici.			
UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.617,77 kcal, ugljikohidrati 228,91 g, masti 51,78 g, proteini 68,44 g			

Dan 5

1564 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [26%]			
Kakao		1	Kakao u prahu nezašeren 5g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 150g, Šećer kristal 5g
Šunka dimljena kuhana		20 g	
Humus		50 g	
Kruh integralni	1 šnita	50 g	
Umjesto humusa može 100 g avokada ili svježi posni sir posut peršinom ili drugim začinjskim mediteranskim biljem i napraviti kao namaz uz dodatak pola male žlice maslinovog ili bucinog ulja.			
ME UOBROK I [10%]			
Jogurt (3,2%mm)		180 g	
Banane	1 Komada	110 g	
Može se poslužiti odvojeno banana i jogurt ili zajedno izmiksati kao voćni jogurt.			
RU AK [35%]			
Ulje maslinovo	1 čajna žlica	5 g	
Juha od povrća		1	Cvjetača smrznuta 20g, Korabica 10g, Mrkva 30g, Peršin list 20g, Sol morska 1.5g, Ulje suncokretovo 5g
Dalmatinska garnitura-svježa		1	Blitva 250g, Krumpir zreli 200g, Luk bijeli (ešnjač) 1g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 5g
Pohani osli file		1	Brašno meko 10g, Jaje 10g, Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha 10g, Osli file smrznuti 60g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 10g
Matovilac	1 zdjela	50 g	
Umjesto krumpira i blitve može krumpir i brokula ili mahune zelene.			
ME UOBROK II [10%]			
Savijača s jabukama		1	Cimet, mljeveni 1g, Jabuka (cijela) 100g, Tjestenina-kore za pite 25g, Ulje suncokretovo 2.5g
Savijača se može posuti mljevenim šećerom.			
VEČERA [19%]			
Palenta sa sirom i vrhnjem		1	Brašno kukuruzno ili krupica 60g, Sir kravljji svježi (obr. mlijeko) 50g, Sol morska 1g, Vrhnje kiselo (12%mm) 30g
Umjesto sa sirom i vrhnjem može palenta s acidofilom ili bioaktivom.			
UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.563,85 kcal, ugljikohidrati 194,90 g, masti 61,24 g, proteini 61,31 g			

Dan 6

1613 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [25%]			
Corn flakes		1	Kukuruzne pahuljice (cornflakes) 50g, Med vrcani 15g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 200g
Banane	1 Komada	110 g	
ME UOBROK I [10%]			
Kruh integralni	1 šnita	50 g	
Humus		30 g	
RU AK [34%]			
Salata kupus s mrkvom		1	Kupus glavati bijeli 150g, Mrkva 50g, Ocat jabu ni 10g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 5g
Pure i file u naravnom umaku		1	Brašno oštro 10g, Puran (bijelo meso-prsa BK) 80g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 10g
Krumpir kuhani	1 Komada	180 g	
Pirjana brokula		1	Brokula (vrhovi s cvijetom) 150g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g
ME UOBROK II [9%]			
Breskva		150 g	
Bioaktiv Igg		200 g	
VE ERA [23%]			
Pala inke punjene s rižom i povr em		1	Brašno meko 40g, Celer korjen 20g, Grašak zeleni (smrznuti) 20g, Jaje 10g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 50g, Mrkva 20g, Riža polirana (ili brašno) 20g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 7g, Vrhnje kiselo (12%mm) 20g, Špinat smrznuti 20g

UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.613,01 kcal, ugljikohidrati 232,69 g, masti 51,35 g, proteini 62,54 g

Dan 7

1624 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [25%]			
Orah suhi	5 polovica	20 g	
Muesli	0.5 šalica	35 g	
Brusnice, sušene	2 jušna žlica	20 g	
Jogurt (3,2%mm)		250 g	
Umjesto s jogurtom može muesli s mlijekom. Orah i brusnice se mogu pomješati u muesli ili servirati odvojeno.			
ME UOBROKI [10%]			
Jabuka (cijela)	0.5 Komada	110 g	
Pšeni na krupica (griz)		25 g	
Med vrcani		10 g	
Napraviti griz na kompotu od jabuke.			
RU AK [35%]			
Kosano meso		1	Brašno meko 2.5g, Jaje 10g, Junetina mršava BK 100g, Kruh pšeni ni bijeli 10g, Luk bijeli (ešnjak) 1g, Luk crveni 10g, Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha 2.5g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 5g
Juha od povr a		1	Celer korjen 10g, Korabica 20g, Mrkva 50g, Persin list 20g, Sol morska .5g
Pirjani poriluk s mrkvom i krumpirom		1	Krumpir zreli 150g, Luk crveni 10g, Mrkva 50g, Poriluk (cijeli) 150g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 10g
Zelena salata s kukuruzom		1	Celer korjen 5g, Kukuruz še . konz. 10g, Ocat jabu ni 10g, Salata zelena 50g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g
Umjesto kosanog mesa (polpete)može mesna štruca.			
ME UOBROK II [11%]			
Keks Elvita		20 g	
Grož e bijelo		150 g	
VE ERA [20%]			
Pirjana riža s mrkvom		1	Luk crveni 10g, Mrkva 50g, Riža polirana (ili brašno) 50g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g, Ulje suncokretovo 5g
Cikla (kuhana, rezana, konzerv.)	1 šalica	150 g	

UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.623,74 kcal, ugljikohidrati 230,64 g, masti 54,58 g, proteini 55,19 g

JELOVNIK PO DANIMA

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI JESENSKI 2	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	11.07.2022

	Doru ak	Me uobrok I	Ru ak	Me uobrok II	Ve era	Ukupno KCAL
Dan 1	Prosene pahuljice, Mlijeko kravlje punomasno, Banane, Datule sušene, Kakao instant	Kivi, Sjemenke bundeve oljušt. sušene, Jogurt (3,2%mm), Keks Elvita	Juha od povr a, Sok od limuna (prirodni svježi), Puretina mjevena, pirjana, Salata zelena, Ulje maslinovo, Tjestenina heljdina, kuhana	Kruh integralni, Humus	Rizi bizi, Krastavci (svježi, sirovi)	
	385,25	163,10	549,91	162,70	322,94	1.583,90
Dan 2	Kruh heljda, Sir tilzit, Pure a prsa De luxe 1% Sok od naran e (prirodni svježi), Bijela kava	Breskva, Keks petit beurre	Juha od bundeve, kremasta, tipa Butternut, Raj ica, Salata od tijesta i povr a, Tuna konz. u ulju	Jabuka (cijela), Jogurt (3,2%mm), Cimet, mijeveni	Pope ci od kelja, Kvinoja kaša, kuhana, Ulje maslinovo	
	411,35	152,04	565,15	169,28	342,04	1.639,86
Dan 3	Kruh miješani (pšen.+raž-puno zrno), Maslac (slani), Džem, Bijela kava	Grož e bijelo, Sjemenke bundeve oljušt. sušene	Juha od povr a, Varivo špinat, Pire krumpir, Pe ena svinjetina	Okruglice sa šljivama	Raj ica, Tjestenina heljdina zape ena s mozzarella di buffala	
	390,65	169,40	536,66	162,30	326,68	1.585,69
Dan 4	Omlet s kozjim sirom, Kruh integralni, Paprika crvena (mesnata), Sok od naran e (prirodni svježi), aj šipak s limunom	Vo na salata bez še era	Varivo od povr a s pile im mesom i je menom kašom 100g, Salata kupus, Kruh kukuruzni žuti doma i	Kesten pire	Pohana cvjeta a, Umak od krastavaca	
	419,04	166,54	550,19	167,00	315,01	1.617,78
Dan 5	Kruh integralni, Humus, Šunka dimljena kuhana, Kakao	Banane, Jogurt (3,2%mm)	Juha od povr a, Matovilac, Pohani osli file, Dalmatinska garnitura-svježa, Ulje maslinovo	Savija a s jabukama	Palenta sa sirom i vrhnjem	
	406,00	161,94	545,64	152,07	298,20	1.563,85
Dan 6	Corn flakes, Banane	Kruh integralni, Humus	Pure i file u naravnom umaku, Pirjana brokula, Krumpir kuhani, Salata kupus s mrkvom	Breskva, Bioaktiv lgg	Pala inke punjene s rižom i povr em	
	398,14	162,70	544,75	142,29	365,13	1.613,01
Dan 7	Muesli, Jogurt (3,2%mm), Orah suhi, Brusnice, sušene	Pšeni na krupica (griz), Jabuka (cijela), Med vrcani	Juha od povr a, Zelena salata s kukuruzom, Kosano meso, Pirjani poriluk s mrkvom i krumpirom	Keks Elvita, Grož e bijelo	Cikla (kuhana, rezana, konzerv.), Pirjana riža s mrkvom	
	402,42	154,85	562,12	173,50	330,86	1.623,75
Prosjek KCAL	401,84	161,51	550,63	161,31	328,69	320,80

PV JELOVNIKA

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika						
VRTI JESENSKI 2		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									11.07.2022						
Dan / Datum	Obr ok	Jelo (normativ)	Jes dio	Voda (g)	Energ kJ	Energ	Bj ukup	Bj biljne	Bj život	Ma ukup	Ma zas	Ma j nez	Ma vnez	Ma l kis	Ma kol	Ug ukup	Ug md	Ug polis	Ug vlak
			Alkohol	Mi Na	Mi K	Mi Ca	Mi Mg	Mi P(mg)	Mi Fe	Mi Zn	Mi Cu	Vi R.E	Vi retin	Vi karo	Vi B1	Vi B2	Vi nia	Vi B6	Vi C(mg)
Dan 1	DOR	Datule sušene	-	2,58	178,54	42,66	0,34	0,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,99	10,99	0,00	1,50
			0,00	0,86	129,00	11,70	10,15	11,01	0,28	0,05	0,04	1,38	0,00	8,60	0,01	0,01	0,34	0,03	0,00
Dan 1	DOR	Banane	-	46,86	218,46	52,14	0,73	0,73	0,00	0,20	0,07	0,00	0,13	0,00	0,00	12,67	10,69	1,98	2,24
			0,00	0,66	231,00	4,62	27,72	18,48	0,26	0,13	0,11	21,78	0,00	132,00	0,03	0,05	0,40	0,34	6,60
Dan 1	DOR	Mlijeko kravlje punomasno	-	176,00	536,00	128,00	6,60	0,00	6,60	7,40	4,60	2,60	0,20	0,00	28,00	9,40	9,40	0,00	0,00
			0,00	98,00	302,00	238,00	28,00	182,00	0,20	0,76	0,04	68,00			0,08	0,32	0,20	0,08	2,00
Dan 1	DOR	Prosene pahuljice	-		522,55	124,95	3,71			1,37					0,00	24,05			0,00
				0,00					0,00										
Dan 1	DOR	Kakao instant	-	0,20	156,90	37,50	0,50	0,50	0,00	0,30	0,20	0,10	0,00	0,00	0,00	8,20	7,70	0,50	0,60
			0,00	18,00	170,00	2,80		16,50	0,33			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00
Dan 1	DOR	Ukupno za OBROK	-	225,64	1.612,45	385,25	11,88	1,57	6,60	9,27	4,87	2,70	0,33	0,00	28,00	65,31	38,78	2,48	4,34
			0,00	117,52	832,00	257,12	65,87	227,99	1,07	0,94	0,19	91,16	0,00	140,60	0,12	0,38	0,99	0,45	8,60
Dan 1	M 1	Kivi	-	63,08	126,92	30,40	0,76	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,84	5,32	1,52	0,76
			0,00	3,80	304,00	19,00		53,20	0,38			45,60	0,00	273,60	0,02	0,04	0,30		53,20
Dan 1	M 1	Sjemenke bundeve oljušt. sušene	-	0,25	115,90	27,70	1,45	1,45	0,00	2,30	0,40	0,88	1,03	1,00	0,00	0,75			0,10
			0,00	0,90	40,90	2,50		57,20	0,56			1,95	0,00	11,70	0,01	0,01	0,13		
Dan 1	M 1	Jogurt (3,2%mm)	-	88,00	255,00	61,00	3,50	0,00	3,50	3,20	2,10	1,00	0,10	0,00	13,00	4,70	4,70	0,00	0,00
			0,00	46,00	155,00	121,00	11,00	95,00	0,10	0,59		30,00			0,03	0,14	0,10	0,03	0,00
Dan 1	M 1	Keks Elvita	-		183,22	44,00	0,76			1,40	0,14				0,00	6,70			0,42
				39,20			11,20		0,42						0,03				
Dan 1	M 1	Ukupno za OBROK	-	151,33	681,04	163,10	6,47	2,21	3,50	6,90	2,64	1,88	1,13	1,00	13,00	18,99	10,02	1,52	1,28
			0,00	89,90	499,90	142,50	22,20	205,40	1,46	0,59		77,55	0,00	285,30	0,09	0,19	0,53	0,03	53,20
Dan 1	RU	Juha od povr a	-	62,28	269,49	64,40	1,72	1,72	0,00	5,04	0,55	1,20	3,29	3,25	0,00	3,06	2,64	0,42	3,17
			0,00	209,50	279,25	30,85	3,24	30,00	2,17	0,25	0,03	367,20	0,00	2.293,20	0,04	0,08	0,67	0,08	38,35
Dan 1	RU	Sok od limuna (prirodni svježi)	-	4,55	7,10	1,70	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,42	0,42	0,00	0,02
			0,00	0,05	6,20	0,35	0,35	0,30	0,00			0,10	0,00	0,60	0,00	0,00	0,01	0,00	2,30
Dan 1	RU	Puretina mljevena, pirjana	-	49,66	680,00	162,40	21,90	0,00	21,90	8,32	2,14	2,77	2,33	0,11	74,40	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	62,40	235,20	22,40	24,00	203,20	1,22	8,80	0,12	19,20			0,00	0,06	168,80	6,98	0,51
Dan 1	RU	Salata zelena	-	39,84	23,66	5,81	0,46	0,46	0,00	0,04	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,91	0,91	0,00	0,62
			0,00			19,09		9,13	0,37			80,51	0,00	483,48	0,02	0,04	0,17		24,49
Dan 1	RU	Ulje maslinovo	-		376,60	90,00	0,00	0,00	0,00	9,99	1,40	7,80	0,80	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Dan 1	RU	Tjestenina heljdina, kuhana	-		943,01	225,60	7,68	7,68		1,92					0,00	44,48			5,76
				0,00					0,00										

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane								Datum jelovnika							
VRTI JESENSKI 2		N		Dijeta za djecu 4-6 god.								11.07.2022							
Dan / Datum	Obr ok	Jelo (normativ)	Jes dio	Voda (g)	Energy kJ	Energy	Bj ukup	Bj biljne	Bj život	Ma ukup	Ma zas	Ma j nez	Ma vnez	Ma l kis	Ma kol	Ug ukup	Ug md	Ug polis	Ug vlak
			Alkohol	Mi Na	Mi K	Mi Ca	Mi Mg	Mi P(mg)	Mi Fe	Mi Zn	Mi Cu	Vi R.E	Vi retin	Vi karo	Vi B1	Vi B2	Vi nia	Vi B6	Vi C(mg)
Dan 1	RU	Ukupno za OBROK	-	156,33	2.299,86	549,91	31,78	9,88	21,90	25,31	4,09	11,77	6,46	4,16	74,40	48,87	3,97	0,42	9,57
			0,00	271,95	520,65	72,69	27,59	242,63	3,76	9,05	0,15	467,01	0,00	2.777,28	0,12	168,92	7,83	0,59	65,14
Dan 1	M 2	Kruh integralni	-	20,00	431,00	103,00	3,50	3,50	0,00	1,00	0,30	0,20	0,50	0,50	0,00	20,00	0,50	19,50	4,25
			0,00	262,50	125,00	10,00	46,50	100,00	1,25	1,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,09	0,04	1,15	0,08	0,00
Dan 1	M 2	Humus	-		2.517,55	59,70	2,13			3,75					0,00	4,29			1,08
				11,25					0,00										
Dan 1	M 2	Ukupno za OBROK	-	20,00	2.948,55	162,70	5,63	3,50	0,00	4,75	0,30	0,20	0,50	0,50	0,00	24,29	0,50	19,50	5,33
			0,00	273,75	125,00	10,00	46,50	100,00	1,25	1,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,09	0,04	1,15	0,08	0,00
Dan 1	VE	Rizi bizi	-	93,37	1.305,74	312,16	9,28	9,28	0,00	11,40	1,95	5,30	4,15	4,15	0,00	43,97	5,07	38,90	11,92
			0,00	391,40	327,60	41,79	27,72	242,70	2,03	0,91	0,23	50,00	0,00	300,00	0,47	0,14	4,62	0,24	17,90
Dan 1	VE	Krastavci (svježi, sirovi)	-	73,92	45,43	10,78	0,54	0,54	0,00	0,39	0,00	0,00	0,39	0,00	0,00	1,39	1,39	0,00	0,31
			0,00	10,01	107,80	12,32		13,09	0,23		0,07		0,00		0,02	0,02	0,46		9,24
Dan 1	VE	Ukupno za OBROK	-	167,29	1.351,17	322,94	9,82	9,82	0,00	11,79	1,95	5,30	4,54	4,15	0,00	45,36	6,46	38,90	12,23
			0,00	401,41	435,40	54,11	27,72	255,79	2,26	0,91	0,30	50,00	0,00	300,00	0,49	0,16	5,08	0,24	27,14
Dan 1		Ukupno za DAN	-	720,59	8.893,07	1.583,90	65,58	26,98	32,00	58,02	13,85	21,85	12,96	9,81	115,40	202,82	59,73	62,82	32,75
			0,00	1.154,53	2.412,95	536,42	189,88	1.031,81	9,80	12,49	0,78	685,72	0,00	3.503,18	0,91	169,69	15,58	1,39	154,08
Dan 2	DOR	Kruh heljda	-		601,92	144,00	2,00	2,00		4,00					0,00	25,00			2,00
				15,00					0,00										
Dan 2	DOR	Sir tilzit	-	8,57	284,40	68,00	4,88	0,00	4,88	5,20	3,36	1,43	0,14		20,40	0,38			0,00
													49,80		0,01	0,07	0,04	0,01	0,00
Dan 2	DOR	Pure a prsa De luxe 1% m	-		134,18	32,10	6,00		6,00	0,30				0,00	1,20				0,00
				33,00					0,30										
Dan 2	DOR	Sok od naran e (prirodni svježi)	-	88,00	188,00	45,00	0,70	0,70	0,00	0,20	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	10,40	10,40	0,00	0,10
			0,00	1,00	200,00	11,00	11,00	17,00	0,20	0,05	0,04	20,00	0,00	120,00	0,08	0,03	0,10		50,00
Dan 2	DOR	Bijela kava	-	132,00	512,25	122,25	5,49	0,54	4,95	4,30	2,70	1,35	0,17	0,05	16,50	15,52	12,12	0,00	1,05
			0,00	77,50	388,15	180,15	37,65	174,50	0,50	0,72	0,06	39,00	34,50	25,50	0,08	0,26	1,30	0,11	1,50
Dan 2	DOR	Ukupno za OBROK	-	228,57	1.720,75	411,35	19,07	3,24	15,83	14,00	6,06	2,78	0,51	0,05	36,90	52,50	22,52	0,00	3,15
			0,00	126,50	588,15	191,15	48,65	191,50	1,00	0,77	0,10	108,80	34,50	145,50	0,17	0,36	1,44	0,12	51,50
Dan 2	M 1	Breskva	-	112,23	202,28	48,29	0,78	0,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,88	11,88	0,00	1,83
			0,00	3,92	339,30	6,53	10,44	24,80	0,52	0,13	0,07	108,32	0,00	652,50	0,03	0,07	1,31	0,03	10,44
Dan 2	M 1	Keks petit beurre	-	1,00	434,50	103,75	1,50	1,50	0,00	2,05						16,85	10,85	6,00	0,78
			0,00	60,25		8,00		36,00	0,25	0,15	0,03				0,05	0,04	0,23		0,00
Dan 2	M 1	Ukupno za OBROK	-	113,23	636,78	152,04	2,28	2,28	0,00	2,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	28,73	22,73	6,00	2,61
			0,00	64,17	339,30	14,53	10,44	60,80	0,77	0,28	0,10	108,32	0,00	652,50	0,08	0,11	1,54	0,03	10,44

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika						
VRTI JESENSKI 2		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									11.07.2022						
Dan / Datum	Obr ok	Jelo (normativ)	Jes dio	Voda (g)	Energy kJ	Energy	Bj ukup	Bj biljne	Bj život	Ma ukup	Ma zas	Ma j nez	Ma vnez	Ma l kis	Ma kol	Ug ukup	Ug md	Ug polis	Ug vlak
			Alkohol	Mi Na	Mi K	Mi Ca	Mi Mg	Mi P(mg)	Mi Fe	Mi Zn	Mi Cu	Vi R.E	Vi retin	Vi karo	Vi B1	Vi B2	Vi nia	Vi B6	Vi C(mg)
Dan 2	RU	Juha od bundeve, kremasta, tipa Butternut	-		318,00	76,00	0,00	0,00	0,00	1,66						15,00	5,84		1,60
			0,00																
Dan 2	RU	Raj ica	-	82,03	52,92	12,35	0,79	0,79	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,47	2,47	0,00	1,32
			0,00	2,65	255,78	11,47	9,70	18,52	0,35	0,18	0,09	88,20	0,00	529,20	0,05	0,04	0,62	0,10	17,64
Dan 2	RU	Salata od tijesta i povr a	-	138,15	1.269,65	303,40	12,28	3,55	0,93	5,34	2,25	1,20	0,45	0,09	13,20	54,71	8,60	46,11	4,59
			0,00	424,75	485,25	97,20	8,76	225,90	2,36	1,70	0,17	511,00	55,80	2.730,70	0,17	0,29	1,80	0,14	58,75
Dan 2	RU	Tuna konz. u ulju	-	33,00	721,20	173,40	13,68	0,00	13,68	13,20	2,52	5,58	5,10	4,80	39,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	252,00	168,00	4,20	16,80	114,00	0,66	0,48	0,05				0,02	0,07	7,74	0,26	0,00
Dan 2	RU	Ukupno za OBROK	-	253,18	2.361,77	565,15	26,75	4,34	14,61	20,20	4,77	6,78	5,55	4,89	52,20	72,18	16,91	46,11	7,51
			0,00	679,40	909,03	112,87	35,26	358,42	3,37	2,36	0,31	599,20	55,80	3.259,90	0,24	0,40	10,16	0,50	76,39
Dan 2	M 2	Jogurt (3,2%mm)	-	176,00	510,00	122,00	7,00	0,00	7,00	6,40	4,20	2,00	0,20	0,00	26,00	9,40	9,40	0,00	0,00
			0,00	92,00	310,00	242,00	22,00	190,00	0,20	1,18		60,00			0,06	0,28	0,20	0,06	0,00
Dan 2	M 2	Jabuka (cijela)	-	86,13	165,33	39,60	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,90	9,90	0,00	2,28
			0,00	2,97	276,21	9,90		9,90	0,20			0,00	0,00	0,00	0,02	0,03	0,20	0,06	9,90
Dan 2	M 2	Cimet, mljeveni	-	0,25	32,10	7,68	0,35	0,35	0,00	0,08	0,03	0,00	0,03	0,03	0,00	1,40	0,00	1,40	0,61
			0,00	0,65	12,50	30,70		1,50	0,95			0,75	0,00	4,50	0,02	0,00	0,03	0,00	0,00
Dan 2	M 2	Ukupno za OBROK	-	262,38	707,43	169,28	7,35	0,35	7,00	6,48	4,23	2,00	0,23	0,03	26,00	20,70	19,30	1,40	2,89
			0,00	95,62	598,71	282,60	22,00	201,40	1,35	1,18		60,75	0,00	4,50	0,10	0,31	0,43	0,12	9,90
Dan 2	VE	Pope ci od kelja	-	127,78	939,00	224,34	8,05	6,23	1,82	12,23	2,29	8,55	1,32	1,20	48,48	21,36	5,27	16,09	4,14
			0,00	610,30	351,55	122,89	27,20	142,03	1,62	0,48	0,08	74,61	4,60	318,40	0,11	0,12	0,70	0,21	63,20
Dan 2	VE	Kvinoja kaša, kuhana	-		397,94	95,20	3,20	3,20		1,52					0,00	17,04			2,24
				5,60					0,08										
Dan 2	VE	Ulje maslinovo	-		94,15	22,50	0,00	0,00	0,00	2,50	0,35	1,95	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Dan 2	VE	Ukupno za OBROK	-	127,78	1.431,09	342,04	11,25	9,43	1,82	16,25	2,64	10,50	1,52	1,40	48,48	38,40	5,27	16,09	6,38
			0,00	615,90	351,55	122,89	27,20	142,03	1,70	0,48	0,08	74,61	4,60	318,40	0,11	0,12	0,70	0,21	63,20
Dan 2	Ukupno za DAN		-	985,14	6.857,82	1.639,86	66,70	19,64	39,26	58,98	17,70	22,06	7,81	6,37	163,58	212,51	86,73	69,60	22,54
			0,00	1.581,59	2.786,74	724,04	143,55	954,15	8,19	5,07	0,59	951,68	94,90	4.380,80	0,70	1,30	14,27	0,98	211,43
Dan 3	DOR	Kruh miješani (pšen.+raž-puno zrno)	-	20,00	481,00	115,00	7,00	7,00	0,00	1,00	0,30	0,20	0,50	0,50	0,00	19,50	1,00	18,50	3,50
			0,00	250,00	125,00	13,00		102,00	1,20			0,00	0,00	0,00	0,05	0,04	1,75	0,07	0,00
Dan 3	DOR	Maslac (slani)	-	1,50	314,20	75,10	0,10	0,00	0,10	8,30	5,10	2,50	0,30	0,10	22,50	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	20,00	1,50	1,50		2,00	0,00			75,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Dan 3	DOR	Džem	-	9,00	327,30	78,30	0,18	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,70	20,70	0,00	0,30
			0,00	4,80	33,00	7,20	3,00	5,40	0,45		0,07	0,00	0,00		0,00	0,01	0,06	0,01	3,00

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane										Datum jelovnika					
VRTI JESENSKI 2		N		Dijeta za djecu 4-6 god.										11.07.2022					
Dan / Datum	Obr ok	Jelo (normativ)	Jes dio	Voda (g)	Energy kJ	Energy	Bj ukup	Bj biljne	Bj život	Ma ukup	Ma zas	Ma j nez	Ma vnez	Ma l kis	Ma kol	Ug ukup	Ug md	Ug polis	Ug vlak
			Alkohol	Mi Na	Mi K	Mi Ca	Mi Mg	Mi P(mg)	Mi Fe	Mi Zn	Mi Cu	Vi R.E	Vi retin	Vi karo	Vi B1	Vi B2	Vi nia	Vi B6	Vi C(mg)
Dan 3	DOR	Bijela kava	-	132,00	512,25	122,25	5,49	0,54	4,95	4,30	2,70	1,35	0,17	0,05	16,50	15,52	12,12	0,00	1,05
			0,00	77,50	388,15	180,15	37,65	174,50	0,50	0,72	0,06	39,00	34,50	25,50	0,08	0,26	1,30	0,11	1,50
Dan 3	DOR	Ukupno za OBROK	-	162,50	1.634,75	390,65	12,77	7,72	5,05	13,60	8,10	4,05	0,97	0,65	39,00	55,72	33,82	18,50	4,85
			0,00	352,30	547,65	201,85	40,65	283,90	2,15	0,72	0,13	114,00	34,50	25,50	0,13	0,31	3,11	0,19	4,50
Dan 3	M 1	Grož e bijelo	-	150,10	476,90	114,00	1,14	1,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	29,07	30,02	0,00	1,71
			0,00	3,80	456,00	34,20	11,40	39,90	0,57	0,19	0,19	0,00	0,00	0,00	0,08	0,04	0,57	0,19	7,60
Dan 3	M 1	Sjemenke bundeve oljušt. sušene	-	0,50	231,80	55,40	2,90	2,90	0,00	4,60	0,80	1,75	2,05	2,00	0,00	1,50			0,19
			0,00	1,80	81,80	5,00		114,40	1,12			3,90	0,00	23,40	0,03	0,02	0,25		
Dan 3	M 1	Ukupno za OBROK	-	150,60	708,70	169,40	4,04	4,04	0,00	4,60	0,80	1,75	2,05	2,00	0,00	30,57	30,02	0,00	1,90
			0,00	5,60	537,80	39,20	11,40	154,30	1,69	0,19	0,19	3,90	0,00	23,40	0,11	0,06	0,82	0,19	7,60
Dan 3	RU	Juha od povr a	-	64,71	167,39	39,96	1,35	1,35	0,00	2,00	0,22	0,48	1,30	1,30	0,00	4,14	3,60	0,54	3,33
			0,00	214,65	272,25	33,30	5,40	24,30	2,16	0,18	0,04	549,00	0,00	3.384,00	0,02	0,07	0,56	0,06	30,15
Dan 3	RU	Varivo špinat	-	181,21	555,51	132,70	5,84	2,54	3,30	7,86	2,51	4,81	0,55	0,48	11,00	9,96	4,98	4,97	2,38
			0,00	267,60	858,00	245,08	71,00	169,68	3,19	0,42	0,03	856,00	23,00	4.997,00	0,11	0,36	0,75	0,20	55,12
Dan 3	RU	Pire krumpir	-	165,60	890,20	212,70	5,01	3,36	1,65	6,56	1,60	4,35	0,61	0,42	5,50	35,63	3,15	32,48	3,36
			0,00	229,20	987,50	72,30	45,40	110,50	0,85	0,67	0,25	13,00	11,50	8,50	0,20	0,14	1,97	0,42	22,90
Dan 3	RU	Pe ena svinjetina	-	56,00	633,35	151,30	16,00	0,00	16,00	9,70	3,48	3,80	2,43	2,43	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	273,50	280,00	8,00	0,00	160,00	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,13	2,96	0,32	0,00
Dan 3	RU	Ukupno za OBROK	-	467,52	2.246,45	536,66	28,20	7,25	20,95	26,12	7,81	13,44	4,89	4,63	64,50	49,73	11,73	37,99	9,07
			0,00	984,95	2.397,75	358,68	121,80	464,48	8,60	1,27	0,32	1.418,00	34,50	8.389,50	0,73	0,70	6,24	1,00	108,17
Dan 3	M 2	Okruglice sa šljivama	-	62,71	678,99	162,30	4,95	3,63	1,32	2,99	0,93	0,95	1,05	1,01	48,48	30,91	3,54	27,37	2,26
			0,00	94,99	335,15	31,76	18,45	73,10	1,00	0,33	0,13	33,40	6,00	62,40	0,10	0,07	0,96	0,15	6,41
Dan 3	M 2	Ukupno za OBROK	-	62,71	678,99	162,30	4,95	3,63	1,32	2,99	0,93	0,95	1,05	1,01	48,48	30,91	3,54	27,37	2,26
			0,00	94,99	335,15	31,76	18,45	73,10	1,00	0,33	0,13	33,40	6,00	62,40	0,10	0,07	0,96	0,15	6,41
Dan 3	VE	Raj ica	-	82,03	52,92	12,35	0,79	0,79	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,47	2,47	0,00	1,32
			0,00	2,65	255,78	11,47	9,70	18,52	0,35	0,18	0,09	88,20	0,00	529,20	0,05	0,04	0,62	0,10	17,64
Dan 3	VE	Tjestenina heljdina zape ena s mozzarella di buffala	-	8,54	982,68	314,33	6,73	0,31	5,62	12,81	6,14	2,52	0,33	0,33	74,60	35,13	0,25	1,50	0,09
			0,00	418,72	19,69	136,28	0,68	27,43	0,27	0,02	0,00	21,14	0,00	0,00	0,01	0,03	0,05	0,02	0,00
Dan 3	VE	Ukupno za OBROK	-	90,57	1.035,60	326,68	7,52	1,10	5,62	12,81	6,14	2,52	0,33	0,33	74,60	37,60	2,72	1,50	1,41
			0,00	421,37	275,47	147,75	10,38	45,95	0,62	0,20	0,09	109,34	0,00	529,20	0,06	0,07	0,67	0,12	17,64
Dan 3	Ukupno za DAN		-	933,90	6.304,49	1.585,69	57,48	23,74	32,94	60,12	23,78	22,71	9,29	8,62	226,58	204,53	81,83	85,36	19,49
			0,00	1.859,21	4.093,82	779,24	202,68	1.021,73	14,06	2,71	0,86	1.678,64	75,00	9.030,00	1,13	1,21	11,80	1,65	144,32
Dan 4	DOR	Paprika crvena (mesnata)	-	57,29	56,67	13,55	0,12	0,12	0,00	0,18	0,00	0,00	0,18	0,00		3,08	3,02	0,06	0,55

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika						
VRTI JESENSKI 2		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									11.07.2022						
Dan / Datum	Obr ok	Jelo (normativ)	Jes dio	Voda (g)	Energy kJ	Energy	Bj ukup	Bj biljne	Bj život	Ma ukup	Ma zas	Ma j nez	Ma vnez	Ma l kis	Ma kol	Ug ukup	Ug md	Ug polis	Ug vlak
			Alkohol	Mi Na	Mi K	Mi Ca	Mi Mg	Mi P(mg)	Mi Fe	Mi Zn	Mi Cu	Vi R.E	Vi retin	Vi karo	Vi B1	Vi B2	Vi nia	Vi B6	Vi C(mg)
Dan 4	DOR	Kruh integralni	-	20,00	431,00	103,00	3,50	3,50	0,00	1,00	0,30	0,20	0,50	0,50	0,00	20,00	0,50	19,50	4,25
			0,00	262,50	125,00	10,00	46,50	100,00	1,25	1,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,09	0,04	1,15	0,08	0,00
Dan 4	DOR	Omlet s kozjim sirom	-	78,78	974,38	240,00	15,07	1,00	12,40	12,07	3,40	6,66	1,00	0,97	238,50	17,96	2,55	7,00	0,96
			0,00	447,35	162,25	88,70	7,00	161,63	1,28	0,19	0,01	97,55	11,50	8,50	0,08	0,22	0,29	0,13	0,50
Dan 4	DOR	Sok od naran e (prirodni svježi)	-	88,00	188,00	45,00	0,70	0,70	0,00	0,20	0,00	0,00	0,20	0,00	0,00	10,40	10,40	0,00	0,10
			0,00	1,00	200,00	11,00	11,00	17,00	0,20	0,05	0,04	20,00	0,00	120,00	0,08	0,03	0,10		50,00
Dan 4	DOR	aj šipak s limunom	-	2,96	73,18	17,49	0,14	0,14	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,48	3,07	0,03	0,06
			0,00	0,16	4,88	23,13	0,00	0,81	0,06	0,00	0,00	3,00	0,00	18,00	0,00	0,00	0,04	0,00	25,30
Dan 4	DOR	Ukupno za OBROK	-	247,03	1.723,23	419,04	19,53	5,46	12,40	13,50	3,70	6,86	1,88	1,47	238,50	56,92	19,54	26,59	5,92
			0,00	711,01	492,13	132,83	64,50	279,44	2,79	1,24	0,19	120,55	11,50	146,50	0,25	0,29	1,58	0,21	75,80
Dan 4	M 1	Vo na salata bez še era	-	105,72	696,78	166,55	2,70	2,70	0,00	5,02	0,61	0,81	3,61	3,05	0,00	29,10	27,66	1,44	7,40
			0,00	24,13	631,71	74,30	66,98	72,73	1,74	0,71	0,29	48,01	0,00	289,90	0,10	0,08	0,93	0,25	12,28
Dan 4	M 1	Ukupno za OBROK	-	105,72	696,78	166,55	2,70	2,70	0,00	5,02	0,61	0,81	3,61	3,05	0,00	29,10	27,66	1,44	7,40
			0,00	24,13	631,71	74,30	66,98	72,73	1,74	0,71	0,29	48,01	0,00	289,90	0,10	0,08	0,93	0,25	12,28
Dan 4	RU	Varivo od povr a s pile im mesom i je menom kašom 100g	-	188,19	1.567,46	374,75	28,44	6,64	21,80	4,16	1,38	1,59	1,10	0,47	69,00	59,74	4,98	54,75	6,43
			0,00	119,04	1.074,95	63,04	63,60	359,43	3,52	2,00	0,34	353,05	0,00	2.140,80	0,28	0,21	12,45	0,90	27,52
Dan 4	RU	Salata kupus	-	85,70	272,90	65,45	1,71	1,71	0,00	5,09	0,70	3,90	0,49	0,40	0,00	3,69	3,60	0,09	2,43
			0,00	199,85	257,00	39,95	11,70	33,05	0,39	0,27	0,03	0,00	0,00	0,00	0,05	0,05	0,27	0,14	36,00
Dan 4	RU	Kruh kukuruzni žuti doma i	-	27,00	460,00	110,00	2,35	2,35	0,00	4,40					0,00	15,50	0,00	15,50	1,15
			0,00	134,00	56,50	53,00	12,50	57,50	0,55	0,30	0,03	6,50	0,00	39,00	0,07	0,07	0,50	0,05	0,00
Dan 4	RU	Ukupno za OBROK	-	300,89	2.300,36	550,20	32,50	10,70	21,80	13,65	2,08	5,49	1,59	0,87	69,00	78,93	8,58	70,34	10,01
			0,00	452,89	1.388,45	155,99	87,80	449,98	4,46	2,57	0,40	359,55	0,00	2.179,80	0,40	0,33	13,22	1,09	63,52
Dan 4	M 2	Kesten pire	-		698,06	167,00	2,40			1,90					0,00	35,00			8,40
				2,00					0,90										
Dan 4	M 2	Ukupno za OBROK	-		698,06	167,00	2,40			1,90					0,00	35,00			8,40
				2,00					0,90										
Dan 4	VE	Pohana cvjeta a	-	134,79	871,70	208,45	9,01	5,13	3,88	10,72	2,24	3,08	5,18	4,98	119,00	20,10	4,13	15,98	3,35
			0,00	443,40	453,18	95,61	8,20	168,27	1,57	0,94	0,11	50,08	6,90	5,10	0,15	0,22	1,38	0,28	58,71
Dan 4	VE	Umak od krastavaca	-	27,37	445,39	106,56	2,32	0,18	0,47	7,01	1,68	1,80	3,37	3,30	6,60	8,88	1,55	0,00	0,62
			0,00	471,00	32,10	22,19	2,40	18,45	0,79	0,06	0,01	21,50	18,00	21,00	0,00	0,02	0,04	0,02	2,30
Dan 4	VE	Ukupno za OBROK	-	162,16	1.317,09	315,01	11,33	5,31	4,35	17,73	3,92	4,88	8,55	8,28	125,60	28,98	5,68	15,98	3,97
			0,00	914,40	485,28	117,80	10,60	186,72	2,36	1,00	0,12	71,58	24,90	26,10	0,15	0,24	1,42	0,30	61,01
Dan 4	Ukupno za DAN		-	815,80	6.735,52	1.617,80	68,46	24,17	38,55	51,80	10,31	18,04	15,63	13,67	433,10	228,93	61,46	114,35	35,70
			0,00	2.104,43	2.997,57	480,92	229,88	988,87	12,25	5,52	1,00	599,69	36,40	2.642,30	0,90	0,94	17,15	1,85	212,61

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika						
VRTI JESENSKI 2		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									11.07.2022						
Dan / Datum	Obr ok	Jelo (normativ)	Jes dio	Voda (g)	Energy kJ	Energy	Bj ukup	Bj biljne	Bj život	Ma ukup	Ma zas	Ma j nez	Ma vnez	Ma l kis	Ma kol	Ug ukup	Ug md	Ug polis	Ug vlak
			Alkohol	Mi Na	Mi K	Mi Ca	Mi Mg	Mi P(mg)	Mi Fe	Mi Zn	Mi Cu	Vi R.E	Vi retin	Vi karo	Vi B1	Vi B2	Vi nia	Vi B6	Vi C(mg)
Dan 5	DOR	Kakao	-	132,30	507,45	121,10	5,80	0,85	4,95	5,20	3,30	1,70	0,20	0,10	16,50	12,85	12,10	0,75	1,70
			0,00	78,50	426,50	186,00	47,00	169,50	0,90	0,92	0,23	39,00	34,50	25,50	0,06	0,25	0,25	0,06	1,50
Dan 5	DOR	Kruh integralni	-	20,00	431,00	103,00	3,50	3,50	0,00	1,00	0,30	0,20	0,50	0,50	0,00	20,00	0,50	19,50	4,25
			0,00	262,50	125,00	10,00	46,50	100,00	1,25	1,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,09	0,04	1,15	0,08	0,00
Dan 5	DOR	Humus	-		4.195,91	99,50	3,55			6,25					0,00	7,15			1,80
				18,75					0,00										
Dan 5	DOR	Šunka dimljena kuhana	-	7,40	344,80	82,40	4,22	0,00	4,22	7,28	2,70	3,76	0,82		12,80	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00			2,00		32,00	0,40			0,00	0,00	0,00	0,12	0,04	0,70		0,00
Dan 5	DOR	Ukupno za OBROK	-	159,70	5.479,16	406,00	17,07	4,35	9,17	19,73	6,30	5,66	1,52	0,60	29,30	40,00	12,60	20,25	7,75
			0,00	359,75	551,50	198,00	93,50	301,50	2,55	1,92	0,37	39,00	34,50	25,50	0,27	0,33	2,10	0,14	1,50
Dan 5	M 1	Banane	-	46,86	218,46	52,14	0,73	0,73	0,00	0,20	0,07	0,00	0,13	0,00	0,00	12,67	10,69	1,98	2,24
			0,00	0,66	231,00	4,62	27,72	18,48	0,26	0,13	0,11	21,78	0,00	132,00	0,03	0,05	0,40	0,34	6,60
Dan 5	M 1	Jogurt (3,2%mm)	-	158,40	459,00	109,80	6,30	0,00	6,30	5,76	3,78	1,80	0,18	0,00	23,40	8,46	8,46	0,00	0,00
			0,00	82,80	279,00	217,80	19,80	171,00	0,18	1,06		54,00			0,05	0,25	0,18	0,05	0,00
Dan 5	M 1	Ukupno za OBROK	-	205,26	677,46	161,94	7,03	0,73	6,30	5,96	3,85	1,80	0,31	0,00	23,40	21,13	19,15	1,98	2,24
			0,00	83,46	510,00	222,42	47,52	189,48	0,44	1,19	0,11	75,78	0,00	132,00	0,08	0,30	0,58	0,39	6,60
Dan 5	RU	Ulje maslinovo	-		188,30	45,00	0,00	0,00	0,00	5,00	0,70	3,90	0,40	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Dan 5	RU	Dalmatinska garnitura-svježa	-	328,96	885,71	211,80	6,27	6,27	0,00	5,38	0,70	3,90	0,78	0,40	0,00	36,83	4,29	32,53	6,01
			0,00	466,40	2.122,00	160,53	181,40	128,98	7,85	1,36	0,37	578,60	0,00	3.469,40	0,25	0,48	5,89	0,40	75,32
Dan 5	RU	Juha od povr a	-	62,28	269,49	64,40	1,72	1,72	0,00	5,04	0,55	1,20	3,29	3,25	0,00	3,06	2,64	0,42	3,17
			0,00	596,50	279,25	30,85	3,24	30,00	2,17	0,25	0,03	367,20	0,00	2.293,20	0,04	0,08	0,67	0,08	38,35
Dan 5	RU	Matovilac	-	37,60	33,60	8,00	0,80	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,20	0,00	1,20	1,00
			0,00	6,00	120,00	10,00		20,00	1,60			100,00	0,00	600,00	0,03	0,03	0,16	0,04	16,00
Dan 5	RU	Pohani osli file	-	8,98	904,95	216,44	13,50	2,14	11,36	11,46	1,53	2,96	6,84	6,79	73,88	15,82	0,43	15,39	0,68
			0,00	352,65	264,35	34,84	22,80	159,43	1,02	0,88	0,28	18,71	1,80	0,00	0,07	0,08	1,61	0,18	0,00
Dan 5	RU	Ukupno za OBROK	-	437,82	2.282,05	545,64	22,29	10,93	11,36	26,88	3,48	11,96	11,31	10,84	73,88	56,91	7,36	49,54	10,86
			0,00	1.421,55	2.785,60	236,22	207,44	338,41	12,64	2,49	0,68	1.064,51	1,80	6.362,60	0,39	0,67	8,33	0,70	129,67
Dan 5	M 2	Savija a s jabukama	-	78,40	636,04	152,07	3,12	3,12	0,00	3,03	0,44	0,70	1,89	1,89	0,00	28,09	9,65	18,44	3,54
			0,00	5,46	313,60	27,03	12,00	59,60	1,01	0,38	0,07	0,30	0,00	1,80	0,15	0,05	0,82	0,08	9,00
Dan 5	M 2	Ukupno za OBROK	-	78,40	636,04	152,07	3,12	3,12	0,00	3,03	0,44	0,70	1,89	1,89	0,00	28,09	9,65	18,44	3,54
			0,00	5,46	313,60	27,03	12,00	59,60	1,01	0,38	0,07	0,30	0,00	1,80	0,15	0,05	0,82	0,08	9,00
Dan 5	VE	Palenta sa sirom i vrhnjem	-	48,20	1.247,00	298,20	11,81	4,68	7,13	5,66	2,84	1,78	0,99	0,69	15,20	48,78	2,70	46,08	0,42
			0,00	602,60	153,50	64,10	69,46	190,90	1,16	0,27	0,01	64,90	36,00	140,40	0,14	0,17	0,92	0,05	0,00

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika						
VRTI JESENSKI 2		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									11.07.2022						
Dan / Datum	Obr ok	Jelo (normativ)	Jes dio	Voda (g)	Energy kJ	Energy	Bj ukup	Bj biljne	Bj život	Ma ukup	Ma zas	Ma j nez	Ma vnez	Ma l kis	Ma kol	Ug ukup	Ug md	Ug polis	Ug vlak
			Alkohol	Mi Na	Mi K	Mi Ca	Mi Mg	Mi P(mg)	Mi Fe	Mi Zn	Mi Cu	Vi R.E	Vi retin	Vi karo	Vi B1	Vi B2	Vi nia	Vi B6	Vi C(mg)
Dan 5	VE	Ukupno za OBROK	-	48,20	1.247,00	298,20	11,81	4,68	7,13	5,66	2,84	1,78	0,99	0,69	15,20	48,78	2,70	46,08	0,42
			0,00	602,60	153,50	64,10	69,46	190,90	1,16	0,27	0,01	64,90	36,00	140,40	0,14	0,17	0,92	0,05	0,00
Dan 5		Ukupno za DAN	-	929,38	10.321,7	1.563,85	61,32	23,81	33,96	61,26	16,91	21,90	16,02	14,02	141,78	194,91	51,46	136,29	24,81
			0,00	2.472,82	4.314,20	747,77	429,92	1.079,89	17,80	6,25	1,24	1.244,49	72,30	6.662,30	1,03	1,52	12,75	1,36	146,77
Dan 6	DOR	Banane	-	46,86	218,46	52,14	0,73	0,73	0,00	0,20	0,07	0,00	0,13	0,00	0,00	12,67	10,69	1,98	2,24
			0,00	0,66	231,00	4,62	27,72	18,48	0,26	0,13	0,11	21,78	0,00	132,00	0,03	0,05	0,40	0,34	6,60
Dan 6	DOR	Corn flakes	-	180,20	1.448,35	346,00	10,96	4,36	6,60	6,40	3,70	2,05	0,70	0,56	22,00	63,95	25,10	38,85	5,50
			0,00	679,50	359,00	240,25	35,30	212,50	0,80	0,91	0,07	52,00	46,00	34,00	0,08	0,34	0,52	0,10	2,60
Dan 6	DOR	Ukupno za OBROK	-	227,06	1.666,81	398,14	11,69	5,09	6,60	6,60	3,77	2,05	0,83	0,56	22,00	76,62	35,79	40,83	7,74
			0,00	680,16	590,00	244,87	63,02	230,98	1,06	1,04	0,18	73,78	46,00	166,00	0,11	0,39	0,92	0,44	9,20
Dan 6	M 1	Kruh integralni	-	20,00	431,00	103,00	3,50	3,50	0,00	1,00	0,30	0,20	0,50	0,50	0,00	20,00	0,50	19,50	4,25
			0,00	262,50	125,00	10,00	46,50	100,00	1,25	1,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,09	0,04	1,15	0,08	0,00
Dan 6	M 1	Humus	-		2.517,55	59,70	2,13			3,75					0,00	4,29			1,08
				11,25					0,00										
Dan 6	M 1	Ukupno za OBROK	-	20,00	2.948,55	162,70	5,63	3,50	0,00	4,75	0,30	0,20	0,50	0,50	0,00	24,29	0,50	19,50	5,33
			0,00	273,75	125,00	10,00	46,50	100,00	1,25	1,00	0,14	0,00	0,00	0,00	0,09	0,04	1,15	0,08	0,00
Dan 6	RU	Pure i file u naravnom umaku	-	57,30	970,20	232,20	18,58	0,98	17,60	14,03	2,54	9,73	1,77	1,70	65,60	8,01	0,17	7,84	0,34
			0,00	234,50	270,00	19,90	2,00	243,00	1,59	0,07	0,02	0,00	0,00	0,00	0,07	0,10	7,27	0,02	0,00
Dan 6	RU	Pirjana brokula	-	67,50	266,30	63,75	2,25	2,25	0,00	5,30	0,70	3,90	0,70	0,40	0,00	1,88	1,88	0,00	2,70
			0,00	202,50	255,00	21,00	0,00	49,50	0,60	0,45	0,05	1,50	0,00	8,25	0,03	0,09	1,35	0,00	40,50
Dan 6	RU	Krumpir kuhani	-		654,59	156,60	3,06			0,00					0,00	36,18			3,24
				90,00					0,54										
Dan 6	RU	Salata kupus s mrkvom	-	171,85	384,50	92,20	3,02	3,02	0,00	5,14	0,55	1,20	3,39	3,25	0,00	9,26	9,13	0,14	5,09
			0,00	218,80	489,25	78,10	22,95	63,40	0,86	0,59	0,08	450,00	0,00	2.700,00	0,09	0,09	0,68	0,25	56,25
Dan 6	RU	Ukupno za OBROK	-	296,65	2.275,59	544,75	26,91	6,25	17,60	24,47	3,79	14,83	5,86	5,35	65,60	55,33	11,18	7,98	11,37
			0,00	745,80	1.014,25	119,00	24,95	355,90	3,59	1,11	0,15	451,50	0,00	2.708,25	0,19	0,28	9,30	0,27	96,75
Dan 6	M 2	Breskva	-	112,23	202,28	48,29	0,78	0,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,88	11,88	0,00	1,83
			0,00	3,92	339,30	6,53	10,44	24,80	0,52	0,13	0,07	108,32	0,00	652,50	0,03	0,07	1,31	0,03	10,44
Dan 6	M 2	Bioaktiv lgg	-		392,00	94,00	6,80		6,80	3,00	2,00	0,80	0,20	0,06	8,00	10,00	10,00	0,00	0,00
			0,00	90,00	298,00	240,00	22,00	174,00	0,08	0,72	0,02	26,00	24,00	16,00	0,08	0,34	0,20	0,08	2,00
Dan 6	M 2	Ukupno za OBROK	-	112,23	594,28	142,29	7,58	0,78	6,80	3,00	2,00	0,80	0,20	0,06	8,00	21,88	21,88	0,00	1,83
			0,00	93,92	637,30	246,53	32,44	198,80	0,60	0,85	0,09	134,32	24,00	668,50	0,11	0,41	1,51	0,11	12,44
Dan 6	VE	Pala inke punjene s rižom i povr em	-	121,73	1.527,77	365,13	10,74	7,31	3,43	12,54	3,65	3,46	5,36	5,32	60,58	54,58	6,74	47,84	4,68
			0,00	252,45	409,35	139,13	36,00	197,89	2,01	0,78	0,13	411,91	35,50	2.156,50	0,18	0,25	1,28	0,19	16,46

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane								Datum jelovnika								
VRTI JESENSKI 2		N		Dijeta za djecu 4-6 god.								11.07.2022								
Dan / Datum	Obr ok	Jelo (normativ)		Jes dio	Voda (g)	Energy kJ	Energy	Bj ukup	Bj biljne	Bj život	Ma ukup	Ma zas	Ma j nez	Ma vnez	Ma l kis	Ma kol	Ug ukup	Ug md	Ug polis	Ug vlak
				Alkohol	Mi Na	Mi K	Mi Ca	Mi Mg	Mi P(mg)	Mi Fe	Mi Zn	Mi Cu	Vi R.E	Vi retin	Vi karo	Vi B1	Vi B2	Vi nia	Vi B6	Vi C(mg)
Dan 6	VE	Ukupno za OBROK		-	121,73	1.527,77	365,13	10,74	7,31	3,43	12,54	3,65	3,46	5,36	5,32	60,58	54,58	6,74	47,84	4,68
				0,00	252,45	409,35	139,13	36,00	197,89	2,01	0,78	0,13	411,91	35,50	2.156,50	0,18	0,25	1,28	0,19	16,46
Dan 6	Ukupno za DAN		-	777,67	9.013,00	1.613,01	62,55	22,93	34,43	51,36	13,51	21,34	12,75	11,79	156,18	232,70	76,09	116,15	30,95	
			0,00	2.046,08	2.775,90	759,53	202,91	1.083,57	8,51	4,78	0,69	1.071,51	105,50	5.699,25	0,68	1,37	14,16	1,09	134,85	
Dan 7	DOR	Muesli	-			133,00	3,43				1,37						26,25			
Dan 7	DOR	Jogurt (3,2%mm)		-	220,00	637,50	152,50	8,75	0,00	8,75	8,00	5,25	2,50	0,25	0,00	32,50	11,75	11,75	0,00	0,00
				0,00	115,00	387,50	302,50	27,50	237,50	0,25	1,48		75,00			0,08	0,35	0,25	0,08	0,00
Dan 7	DOR	Orah suhi		-	0,40	217,20	51,92	1,26	1,26	0,00	4,91	0,57	0,81	3,54	3,04	0,00	0,70	0,47	0,23	0,51
				0,00	0,88	35,68		30,40	30,40	0,25	0,42	0,16	0,00	0,00	0,00	0,04	0,01	0,07		
Dan 7	DOR	Brusnice, sušene		-		272,00	65,00	0,00	0,00	0,00	0,00						16,00	13,00		1,00
					0,40		10,00			0,00										
Dan 7	DOR	Ukupno za OBROK		-	220,40	1.126,70	402,42	13,44	1,26	8,75	14,28	5,82	3,31	3,79	3,04	32,50	54,70	25,22	0,23	1,51
				0,00	116,28	423,18	312,50	57,90	267,90	0,50	1,90	0,16	75,00	0,00	0,00	0,12	0,36	0,32	0,08	0,00
Dan 7	M 1	Pšeni na krupica (griz)		-	3,25	348,25	83,25	2,75	2,75	0,00	0,25	0,00	0,25	0,00	0,00	17,50	0,75	16,75	0,50	
				0,00	0,50	25,00	3,75		22,50	0,25			0,00	0,00	0,00	0,02	0,01	0,23	0,01	0,00
Dan 7	M 1	Jabuka (cijela)		-	86,13	165,33	39,60	0,00	0,00		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,90	9,90	0,00	2,28	
				0,00	2,97	276,21	9,90		9,90	0,20			0,00	0,00	0,00	0,02	0,03	0,20	0,06	9,90
Dan 7	M 1	Med vrcani		-	1,80	133,90	32,00	0,04	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	8,00	0,00	0,00	
				0,00	1,00	5,00	0,50	0,20	2,00	0,20			0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,40
Dan 7	M 1	Ukupno za OBROK		-	91,18	647,48	154,85	2,79	2,79	0,00	0,25	0,00	0,00	0,25	0,00	0,00	35,40	18,65	16,75	2,78
				0,00	4,47	306,21	14,15	0,20	34,40	0,65		0,01	0,00	0,00	0,00	0,04	0,04	0,44	0,07	10,30
Dan 7	RU	Juha od povr a		-	71,05	98,98	23,62	1,49	1,49	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	4,41	3,87	0,54	3,46
				0,00	214,65	272,25	37,04	5,40	30,78	2,20	0,18	0,04	549,00	0,00	3.384,00	0,03	0,08	0,60	0,06	30,58
Dan 7	RU	Zelena salata s kukuruzom		-	60,11	260,52	62,44	0,79	0,79	0,00	5,14	0,71	3,93	0,49	0,40	0,00	3,44	1,58	0,00	0,68
				0,00	219,10	25,30	22,06	1,60	18,77	0,53	0,04	0,00	80,51	0,00	483,48	0,02	0,05	0,28	0,00	25,41
Dan 7	RU	Pirjani poriluk s mrkvom i krumpirom		-	241,77	1.021,62	244,26	5,30	5,30	0,00	10,11	1,40	7,80	0,92	0,80	0,00	34,66	9,17	25,49	7,57
				0,00	224,18	1.079,10	97,89	34,92	97,95	2,03	0,55	0,23	562,50	0,00	3.375,00	0,28	0,12	2,29	0,62	48,08
Dan 7	RU	Kosano meso		-	92,19	967,73	231,80	23,33	1,47	21,86	11,36	3,19	4,30	3,69	3,50	114,28	9,26	1,07	8,18	0,58
				0,00	376,80	393,20	24,09	2,07	239,66	2,73	0,05	0,01	16,91	0,00	0,00	0,12	0,22	4,88	0,35	1,02
Dan 7	RU	Ukupno za OBROK		-	465,12	2.348,85	562,12	30,91	9,05	21,86	26,62	5,30	16,03	5,11	4,70	114,28	51,77	15,69	34,21	12,29
				0,00	1.034,73	1.769,85	181,08	43,99	387,16	7,49	0,82	0,28	1.208,92	0,00	7.242,48	0,45	0,47	8,05	1,03	105,09
Dan 7	M 2	Keks Elvita		-		366,44	88,00	1,52			2,80	0,28			0,00	13,40			0,84	
					78,40			22,40		0,84					0,07					

PV JELOVNIKA

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika							
VRTI JESENSKI 2		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									11.07.2022							
Dan / Datum	Obr ok	Jelo (normativ)	Jes dio	Voda (g)	Energy kJ	Energy	Bj ukup	Bj biljne	Bj život	Ma ukup	Ma zas	Ma j nez	Ma vnez	Ma l kis	Ma kol	Ug ukup	Ug md	Ug polis	Ug vlak	
			Alkohol	Mi Na	Mi K	Mi Ca	Mi Mg	Mi P(mg)	Mi Fe	Mi Zn	Mi Cu	Vi R.E	Vi retin	Vi karo	Vi B1	Vi B2	Vi nia	Vi B6	Vi C(mg)	
Dan 7	M 2	Grož e bijelo	-	112,58	357,68	85,50	0,86	0,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	21,80	22,52	0,00	1,28	
			0,00	2,85	342,00	25,65	8,55	29,93	0,43	0,14	0,14	0,00	0,00		0,06	0,03	0,43	0,14	5,70	
Dan 7	M 2	Ukupno za OBROK	-	112,58	724,12	173,50	2,38	0,86	0,00	2,80	0,28	0,00	0,00	0,00	0,00	35,20	22,52	0,00	2,12	
			0,00	81,25	342,00	25,65	30,95	29,93	1,27	0,14	0,14	0,00	0,00		0,13	0,03	0,43	0,14	5,70	
Dan 7	VE	Cikla (kuhana, rezana, konzerv.)	-	136,50	201,00	48,00	1,65	1,65	0,00	0,15	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	10,50	3,00	7,50	3,90	
			0,00	411,00	222,00	22,50		25,50	2,70			3,00	0,00	18,00	0,02	0,06	0,30		6,00	
Dan 7	VE	Pirjana riža s mrkvom	-	55,82	1.183,19	282,86	4,03	4,03	0,00	10,50	1,25	5,10	4,15	4,15	0,00	43,07	4,07	39,00	2,76	
			0,00	211,15	163,85	25,79	6,12	66,20	0,50	0,19	0,05	450,00	0,00	2.700,00	0,03	0,04	0,79	0,10	3,15	
Dan 7	VE	Ukupno za OBROK	-	192,32	1.384,19	330,86	5,68	5,68	0,00	10,65	1,25	5,10	4,30	4,15	0,00	53,57	7,07	46,50	6,66	
			0,00	622,15	385,85	48,29	6,12	91,70	3,20	0,19	0,05	453,00	0,00	2.718,00	0,05	0,10	1,09	0,10	9,15	
Dan 7		Ukupno za DAN	-	1.081,60	6.231,34	1.623,75	55,20	19,64	30,61	54,60	12,65	24,44	13,45	11,89	146,78	230,64	89,15	97,69	25,36	
			0,00	1.858,88	3.227,09	581,67	139,16	811,09	13,11	3,05	0,64	1.736,92	0,00	9.960,48	0,79	1,00	10,33	1,42	130,24	
Dijeta za djecu 4-6 god. [7 dana]		Ukupno za VRSTU PREHRANE		-	6.244,08	54.356,9	11.227,8	437,29	160,91	241,75	396,14	108,71	152,34	87,91	76,17	1.383,40	1.507,04	506,45	682,26	191,60
				0,00	13.077,5	22.608,2	4.609,59	1.537,98	6.971,11	83,72	39,87	5,80	7.968,65	384,10	41.878,3	6,14	177,03	96,04	9,74	1.134,30
		Prosje na vrijednost po danu		-	892,01	7.765,28	1.603,98	62,47	22,99	34,54	56,59	15,53	21,76	12,56	197,63	215,29	72,35	97,47	27,37	
				0,00	1.868,22	3.229,75	658,51	219,71	995,87	11,96	5,70	0,83	1.138,38	54,87	5.982,62	0,88	25,29	13,72	1,39	162,04

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI JESENSKI 2	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	11.07.2022

Dan 1

Naziv namirnice	Količina (g)
Banane	110,00
Cvjetača smrznuta	20,00
Datule sušene	20,00
Grašak zeleni (smrznuti)	100,00
Humus	30,00
Jogurt (3,2%mm)	100,00
Kakao instant	10,00
Keks Elvita	10,00
Kivi	80,00
Korabica	10,00
Krastavci (svježi, sirovi)	100,00
Kruh integralni	50,00
Luk crveni	10,00
Mlijeko kravlje punomasno	200,00
Mrkva	30,00
Peršin list	20,00
Prosene pahuljice	35,00
Puretina mljevena, pirjana	80,00
Riža ne polirana	50,00
Salata zelena	50,00
Sjemenke bundeve oljušt. sušene	5,00
Sok od limuna (prirodni svježi)	5,00
Sol morska	1,50
Tjestenina heljdina, kuhana	160,00
Ulje maslinovo	15,00
Ulje suncokretovo	10,00

Dan 2

Naziv namirnice	Količina (g)
Breskva	150,00
Brokula smrznuta	50,00
Cimet, mljeveni	2,50
Cvjetača smrznuta	50,00
Jabuka (cijela)	110,00
Jaje	10,00
Jogurt (3,2%mm)	200,00
Juha od bundeve, kremasta, tipa Butternut	200,00
Kavovina divka	5,00
Keks petit beurre	25,00
Kelj glavati	150,00
Kruh heljda	50,00
Kruh pšenični bijeli	20,00
Kvinoja kaša, kuhana	80,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	170,00
Mrkva	50,00
Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha	10,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI JESENSKI 2	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	11.07.2022

Dan 2

Naziv namirnice	Količina (g)
Pureća prsa De luxe 1% ^m	30,00
Rajčica	90,00
Sir tilzit	20,00
Sok od naranče (prirodni svježi)	100,00
Sol morska	2,00
Tjestenina s jajima	60,00
Tuna konz. u ulju	60,00
Ulje maslinovo	12,50
Vrhnje kiselo (12% ^{mm})	30,00
Šećer kristal	5,00

Dan 3

Naziv namirnice	Količina (g)
Brašno meko	20,00
Džem	30,00
Grožđe bijelo	200,00
Heljdina tjestenina	50,00
Jaje	22,50
Kavovina divka	5,00
Korabica	20,00
Kruh miješani (pšen.+raž-puno zrno)	50,00
Krumpir zreli	250,00
Luk bijeli (češnjak)	1,00
Maslac (slani)	10,00
Mlijeko kravlje 2,8% ^{mm}	300,00
Mozzarella di bufala Campana	25,00
Mrkva	50,00
Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha	12,00
Peršin list	20,00
Rajčica	90,00
Sjemenke bundeve oljušt. sušene	10,00
Sol morska	2,50
Svinjetina mršava BK	80,00
Ulje maslinovo	12,50
Ulje suncokretovo	5,50
Vrhnje kiselo (12% ^{mm})	5,00
Vrhnje rižino Alpro	20,00
Šećer kristal	5,00
Šljiva	30,00
Špinat smrznuti	100,00

Dan 4

Naziv namirnice	Količina (g)
Banane	50,00
Brašno heljdino	10,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI JESENSKI 2	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	11.07.2022

Dan 4

Naziv namirnice	Količina (g)
Brašno meko	5,00
Brašno oštro	20,00
Brašno pirovo	20,00
Breskva	50,00
Celer korjen	5,00
Cimet, mljeveni	0,50
Cvjetača (samo cvijet)	150,00
Grožđice (grožđe suho)	5,00
Jabuka (cijela)	50,00
Jaje	75,00
Ječmena kaša	40,00
Kesten pire	100,00
Krastavci kiseli	20,00
Kruh integralni	50,00
Kruh kukuruzni žuti domaći	50,00
Krumpir zreli	100,00
Kupus glavati bijeli	115,00
Limun	10,00
Lovorov list	0,01
Luk bijeli (češnjak)	1,00
Luk crveni	10,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	80,00
Mrkva	30,00
Ocat jabučni	5,00
Orah suhi	20,00
Paprika crvena (mesnata)	70,00
Paprika crvena mljevena	0,20
Peršin list	5,00
Peršin-sušeni listovi	1,00
Pile (bijelo meso bez kosti)	100,00
Rajčica ukuhana (konc. 28-30%)	5,00
Sir kozji svježi	40,00
Smokve sušene	20,00
Sok od naranče (prirodni svježi)	100,00
Sol morska	2,50
Ulje maslinovo	10,00
Ulje suncokretovo	12,00
Vrhnje kiselo (12%mm)	15,00
Čaj šipak	3,00
Šećer kristal	4,00

Dan 5

Naziv namirnice	Količina (g)
Banane	110,00
Blitva	250,00
Brašno kukuruzno ili krupica	60,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI JESENSKI 2	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	11.07.2022

Dan 5

Naziv namirnice	Količina (g)
Brašno meko	10,00
Cimet, mljeveni	1,00
Cvjetača smrznuta	20,00
Humus	50,00
Jabuka (cijela)	100,00
Jaje	10,00
Jogurt (3,2%mm)	180,00
Kakao u prahu nezašećeren	5,00
Korabica	10,00
Kruh integralni	50,00
Krumpir zreli	200,00
Luk bijeli (češnjak)	1,00
Matovilac	50,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	150,00
Mrkva	30,00
Mrvica (ili dvopek) od bijelog kruha	10,00
Oslić file smrznuti	60,00
Peršin list	20,00
Sir kravljji svježi (obr. mlijeko)	50,00
Sol morska	4,00
Tjestenina-kore za pite	25,00
Ulje maslinovo	10,00
Ulje suncokretovo	17,50
Vrhnje kiselo (12%mm)	30,00
Šećer kristal	5,00
Šunka dimljena kuhana	20,00

Dan 6

Naziv namirnice	Količina (g)
Banane	110,00
Bioaktiv lgg	200,00
Brašno meko	40,00
Brašno oštro	10,00
Breskva	150,00
Brokula (vrhovi s cvijetom)	150,00
Celer korjen	20,00
Grašak zeleni (smrznuti)	20,00
Humus	30,00
Jaje	10,00
Kruh integralni	50,00
Krumpir kuhani	180,00
Kukuruzne pahuljice (cornflakes)	50,00
Kupus glavati bijeli	150,00
Med vrcani	15,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	250,00
Mrkva	70,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI JESENSKI 2	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	11.07.2022

Dan 6

Naziv namirnice	Količina (g)
Ocat jabučni	10,00
Puran (bijelo meso-prsa BK)	80,00
Riža polirana (ili brašno)	20,00
Sol morska	2,00
Ulje maslinovo	15,00
Ulje suncokretovo	12,00
Vrhnje kiselo (12%mm)	20,00
Špinat smrznuti	20,00

Dan 7

Naziv namirnice	Količina (g)
Brašno meko	2,50
Brusnice, sušene	20,00
Celer korjen	15,00
Cikla (kuhana, rezana, konzerv.)	150,00
Grožđe bijelo	150,00
Jabuka (cijela)	110,00
Jaje	10,00
Jogurt (3,2%mm)	250,00
Junetina mršava BK	100,00
Keks Elvita	20,00
Korabica	20,00
Kruh pšenični bijeli	10,00
Krumpir zreli	150,00
Kukuruz šeć. konz.	10,00
Luk bijeli (češnjak)	1,00
Luk crveni	30,00
Med vrcani	10,00
Mrkva	150,00
Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha	2,50
Muesli	35,00
Ocat jabučni	10,00
Orah suhi	20,00
Peršin list	20,00
Poriluk (cijeli)	150,00
Pšenična krupica (griz)	25,00
Riža polirana (ili brašno)	50,00
Salata zelena	50,00
Sol morska	2,50
Ulje maslinovo	20,00
Ulje suncokretovo	10,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI JESENSKI 2	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	11.07.2022

Ukupno za jelovnik

Naziv namirnice	Količina (g)
Banane	380,00
Bioaktiv lgg	200,00
Blitva	250,00
Brašno heljdino	10,00
Brašno kukuruzno ili krupica	60,00
Brašno meko	77,50
Brašno oštro	30,00
Brašno pirovo	20,00
Breskva	350,00
Brokula (vrhovi s cvijetom)	150,00
Brokula smrznuta	50,00
Brusnice, sušene	20,00
Celer korjen	40,00
Cikla (kuhana, rezana, konzerv.)	150,00
Cimet, mljeveni	4,00
Cvjetača (samo cvijet)	150,00
Cvjetača smrznuta	90,00
Datule sušene	20,00
Džem	30,00
Grašak zeleni (smrznuti)	120,00
Grožđe bijelo	350,00
Groždice (grožđe suho)	5,00
Heljdina tjestenina	50,00
Humus	110,00
Jabuka (cijela)	370,00
Jaje	137,50
Ječmena kaša	40,00
Jogurt (3,2%mm)	730,00
Juha od bundeve, kremasta, tipa Butternut	200,00
Junetina mršava BK	100,00
Kakao instant	10,00
Kakao u prahu nezašećeren	5,00
Kavovina divka	10,00
Keks Elvita	30,00
Keks petit beurre	25,00
Kelj glavati	150,00
Kesten pire	100,00
Kivi	80,00
Korabica	60,00
Krastavci (svježi, sirovi)	100,00
Krastavci kiseli	20,00
Kruh heljda	50,00
Kruh integralni	200,00
Kruh kukuruzni žuti domaći	50,00
Kruh miješani (pšen.+raž-puno zрно)	50,00
Kruh pšenični bijeli	30,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI JESENSKI 2	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	11.07.2022

Ukupno za jelovnik

Naziv namirnice	Količina (g)
Krumpir kuhani	180,00
Krumpir zreli	700,00
Kukuruz šeć. konz.	10,00
Kukuruzne pahuljice (cornflakes)	50,00
Kupus glavati bijeli	265,00
Kvinoja kaša, kuhana	80,00
Limun	10,00
Lovorov list	0,01
Luk bijeli (češnjak)	4,00
Luk crveni	50,00
Maslac (slani)	10,00
Matovilac	50,00
Med vrcani	25,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	950,00
Mlijeko kravlje punomasno	200,00
Mozzarella di bufala Campana	25,00
Mrkva	410,00
Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha	34,50
Muesli	35,00
Ocat jabučni	25,00
Orah suhi	40,00
Oslić file smrznuti	60,00
Paprika crvena (mesnata)	70,00
Paprika crvena mljevena	0,20
Peršin list	85,00
Peršin-sušeni listovi	1,00
Pile (bijelo meso bez kosti)	100,00
Poriluk (cijeli)	150,00
Prosene pahuljice	35,00
Puran (bijelo meso-prsa BK)	80,00
Puretina mljevena, pirjana	80,00
Pureća prsa De luxe 1% m	30,00
Pšenična krupica (griz)	25,00
Rajčica	180,00
Rajčica ukuhana (konc. 28-30%)	5,00
Riža ne polirana	50,00
Riža polirana (ili brašno)	70,00
Salata zelena	100,00
Sir kozji svježi	40,00
Sir kravljji svježi (obr. mlijeko)	50,00
Sir tilzit	20,00
Sjemenke bundeve oljušt. sušene	15,00
Smokve sušene	20,00
Sok od limuna (prirodni svježi)	5,00
Sok od naranče (prirodni svježi)	200,00
Sol morska	17,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI JESENSKI 2	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	11.07.2022

Ukupno za jelovnik

Naziv namirnice	Količina (g)
Svinjetina mršava BK	80,00
Tjestenina heljdina, kuhana	160,00
Tjestenina s jajima	60,00
Tjestenina-kore za pite	25,00
Tuna konz. u ulju	60,00
Ulje maslinovo	95,00
Ulje suncokretovo	67,00
Vrhnje kiselo (12%mm)	100,00
Vrhnje rižino Alpro	20,00
Čaj šipak	3,00
Šećer kristal	19,00
Šljiva	30,00
Špinat smrznuti	120,00
Šunka dimljena kuhana	20,00