

Dan 1

1598 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [23%]			
Sok od jabuke (konzerv.)		100 g	
Corn flakes		1	Chia sjemenke 7.5g, Jogurt (3,2%mm) 200g, Kukuruzne pahuljice (cornflakes) 45g
ME UOBROK I [11%]			
Marelica		150 g	
Keks Elvita		30 g	
Umjesto marelica može drugo sezonsko voće npr. nektarina 1 komad ili borovnice 100g.			
RU AK [36%]			
Pirjani kupus		1	Kupus glavati bijeli 150g, Luk crveni 10g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 3g, Ulje suncokretovo 3g
Pečena svinjetina		1	Sol morska .5g, Svinjetina mršava BK 80g, Ulje suncokretovo 2.5g
Sok od naranče (prirodni svježi)		100 g	
Krumpir restani s peršinom		1	Krumpir zreli 250g, Luk srebrenac (proljetni) 10g, Peršin list .5g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g
Juha od povrća sa zobenim pahuljicama		1	Celer korjen 10g, Cvjetača (samo cvijet) 10g, Grašak zeleni (u zmu) 20g, Krumpir zreli 15g, Luk crveni 5g, Mrkva 15g, Peršin list 10g, Ulje maslinovo 2.5g, Zobene pahuljice 5g
Sol umjereno koristiti (5-6 g/dnevno).			
ME UOBROK II [10%]			
Sladoled mlijekni krem (10%mm)		80 g	
VEČERA [20%]			
Lanene sjemenke	0.5 jušna žlica	7.5 g	
Salata od rajčice i krastavaca		1	Krastavci (svježi, sirovi) 100g, Ocat jabučni 3g, Rajčica 100g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 5g
Sir kravljji svježi (obr. mlijeko)		100 g	
Kruh heljda		50 g	
Osigurati dovoljan dnevni unos tekućine (voda, blagi nezaslađeni čajevi, prirodni cijepljeni sok, nemasne juhe)			
UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.597,67 kcal, ugljikohidrati 210,84 g, masti 59,49 g, proteini 61,03 g			

Dan 2

1634 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [26%]			
Bijela kava		1	Kavovina divka 5g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 150g, Še er kristal 5g
Kruh heljda		50 g	
Džem	1 jušna žlica	30 g	
Maslac (neslani)		10 g	
Umjesto heljdinog može drugi kruh npr raženi ili od kukuruza.			
ME UOBROK I [10%]			
Jogurt (3,2%mm)		200 g	
Breskva		150 g	
Umjesto breskve može drugo sezonsko vo e u istoj koli ini.			
RU AK [34%]			
Uve		1	Luk crveni 30g, Paprika žuta (mesnata) 100g, Raj ica 100g, Riža ne polirana 50g, Sol morska 1g, Ulje suncokretovo 10g
Juha od piletine		1	Mrkva 20g, Persin list 10g, Pile (cijelo-prosjek) 30g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 2g
Zelena salata		1	Ocat jabu ni 3g, Salata zelena 50g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g
Pile a prsa u naravnom umaku		1	Brašno meko 5g, Pile (bijelo meso bez kosti) 80g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 3g
Salata se uvijek može za initi maslinovim uljem i limunovim sokom ili jabu nim octom.			
ME UOBROK II [11%]			
Savija a s jabukama		1	Cimet, mljeveni .5g, Jabuka (cijela) 80g, Tjestenina-kore za pite 30g, Ulje suncokretovo 2.5g, Še er kristal 5g
VE ERA [19%]			
Kruh integralni	1 šnita	50 g	
Varivo tikvice		1	Brašno meko 10g, Krumpir zreli 100g, Luk crveni 5g, Raj ica ukuhana (konc. 28-30%) 20g, Sol morska .5g, Tikvice zelene 300g, Ulje maslinovo 5g
UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.634,44 kcal, ugljikohidrati 222,11 g, masti 59,92 g, proteini 56,58 g			

Dan 3

1617 kcal

Naziv jela	Praktična količina	Količina	Receptura
DORUČAK [25%]			
Čokolada (za kuhanje)		15 g	
Griz na mlijeku		1	Mlijeko kravlje 2,8% mm 300g, Pšenična krupica (griz) 25g, Šećer kristal 5g
Sok od jabuke (konzerv.)		100 g	
Sok od jabuke čiji se može razrijediti s vodom.			
MEĐUOBROK I [9%]			
Lubenica		200 g	
Keks petit beurre		30 g	
RUČAK [35%]			
Juha od povrća		1	Celer korjen 10g, Korabica 20g, Mrkva 50g, Persin list 20g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 2g
Pire krumpir		1	Krumpir zreli 200g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 40g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 5g
Punjena paprika -miješano meso		1	Brašno meko 10g, Jaje 10g, Junetina mršava BK 30g, Luk crveni 10g, Paprika žuta (mesnata) 150g, Rajčica ukuhana (konc. 28-30%) 25g, Riža polirana (ili brašno) 25g, Sol morska 1g, Svinjetina mršava BK 30g, Ulje suncokretovo 5g
MEĐUOBROK II [11%]			
Jogurt voćni iz obranog mlijeka		180 g	
VEČERA [20%]			
Tjestenina sa sirom		1	Sir kravljji svježi (obr. mlijeko) 60g, Sol morska 1g, Tjestenina s jajima 50g, Ulje maslinovo 10g
Salata rajčica		1	Rajčica 100g, Sol morska .5g
UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.617,18 kcal, ugljikohidrati 236,26 g, masti 49,03 g, proteini 61,08 g			

Dan 4

1609 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [25%]			
okoladni namaz "Nutela"		30 g	
Kruh raženi	1 šnita	50 g	
Bijela kava		1	Kavovina divka 5g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 150g, Še er kristal 5g
ME UOBROKI I [11%]			
Borovnice		100 g	
Jogurt (3,2%mm)		200 g	
Napraviti prirodni vo ni jogurt.			
RU AK [34%]			
Juha od mrkve		1	Brašno meko 5g, Krumpir zreli 30g, Mrkva 50g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g
puretina s je menom kašom		1	Celer korjen 5g, Je mena kaša 50g, Lovorov list .01g, Luk crveni 10g, Mrkva 20g, Persin list 5g, Persin-sušeni listovi 1g, Poriluk (bijeli dio) 10g, Puran (bijelo meso-prsa BK) 100g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 3g, Ulje suncokretovo 3g
Salata od raj ice i krastavaca		1	Krastavci (svježi, sirovi) 100g, Ocat jabu ni 3g, Raj ica 100g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 0g, Ulje suncokretovo 5g
ME UOBROK II [10%]			
okolada tamna 70% kakaa		10 g	
Vo na salata		1	Banane 50g, Breskva 50g, Cimet, mljeveni .5g, Grož ice (grož e suho) 5g, Jabuka (cijela) 50g, Kruška 50g, Limun 5g, Še er kristal 3g
VE ERA [20%]			
Kruh integralni	1 šnita	50 g	
Varivo mahune		1	Brašno meko 5g, Krumpir zreli 150g, Luk bijeli (ešnjak) 1g, Luk crveni 10g, Mahune zelene smrznute 150g, Sol morska 1.5g, Ulje maslinovo 3g, Ulje suncokretovo 3g, Vrhnje kiselo (12%mm) 10g

UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.608,88 kcal, ugljikohidrati 220,77 g, masti 56,44 g, proteini 63,66 g

Dan 5

1597 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [24%]			
Humus		50 g	
Kakao		1	Kakao u prahu nezaše ren 5g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 150g, Še er kristal 5g
Pure a prsa De luxe 1% _m	serviranje	20 g	
Kruh heljda		50 g	
ME UOBROK I [10%]			
Keks petit beurre		30 g	
Kruška	1 Komada	150 g	
RU AK [35%]			
Salata od raj ice i krastavaca		1	Krastavci (svježi, sirovi) 100g, Ocat jabu ni 3g, Raj ica 100g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 5g
Tjestenina sa šalsom i tunjevinom		1	Celer list 3g, Lovorov list .1g, Luk bijeli (ešnjak) 1g, Luk crveni 15g, Origano sušeni .5g, Peršin list 1g, Raj ica 50g, Tjestenina s jajima 50g, Tuna konz. u ulju 50g, Ulje maslinovo 3g, Ulje suncokretovo 3g
Juha od brokule		1	Brašno meko 5g, Brokula smrznuta 70g, Krumpir zreli 30g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 3g, Vrhnje kiselo (12%mm) 10g
ME UOBROK II [12%]			
Pala inke sa sirom		1	Brašno meko 25g, Jaje 5g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 25g, Sir kravlji svježi (obr. mlijeko) 50g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 3g, Vrhnje kiselo (12%mm) 5g, Še er kristal 3g
VE ERA [18%]			
Rizi-bizi s kukuruzom		1	Kukuruz še . konz. 50g, Luk crveni 5g, Peršin list 1g, Riža ne polirana 50g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 5g
Zelena salata		1	Ocat jabu ni 3g, Salata zelena 50g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 3g
UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.596,75 kcal, ugljikohidrati 206,12 g, masti 61,42 g, proteini 56,43 g			

Dan 6

1641 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
DORU AK [26%]			
Maslac (neslani)		10 g	
Kruh integralni	1.5 šnita	75 g	
Džem	1 jušna žlica	30 g	
Bijela kava		1	Kavovina divka 5g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 150g, Še er kristal 5g
Umjesto integrealnog može raženi ili kukuruzni kruh.			
ME UOBROKI [9%]			
Jogurt (3,2%mm)		200 g	
Dinja (mesnati dio)		200 g	
Umjesto dinje može drugo sezonsko vo e.			
RU AK [33%]			
Pirjani poriluk s mrkvom i krumpirom		1	Krumpir zreli 250g, Luk crveni 10g, Mrkva 50g, Poriluk (cijeli) 150g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 3g, Ulje suncokretovo 3g
Juha od cvjeta e		1	Brašno pšeni no bijelo 5g, Cvjeta a smrznuta 70g, Krumpir zreli 30g, Sol morska .5g, Ulje maslinovo 0g, Vrhnje kiselo (12%mm) 15g
Kosano meso-miješano		1	Brašno meko 2.5g, Jaje 5g, Junetina mršava BK 35g, Kruh pšeni ni bijeli 15g, Luk bijeli (ešnjak) 1g, Luk crveni 5g, Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha 2.5g, Sol morska .5g, Svinjetina mršava BK 35g, Ulje suncokretovo 2.5g
ME UOBROK II [10%]			
Biskvit s vo em		1	Brašno meko 15g, Jaje 5g, Marelica 30g, Margarin soft (od biljnih ulja) 10g, Še er kristal 8g
VE ERA [21%]			
okolada tamna 70% kaka		10 g	
Sir topljeni za mazanje 1 kom		1	Sir topljeni za mazanje 22.5g
Mlijeko kravlje 2,8% mm	1 šalica	200 g	
Toast- integralni	2 Komada	50 g	

UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.641,43 kcal, ugljikohidrati 213,02 g, masti 61,12 g, proteini 64,69 g

Dan 7

1637 kcal

Naziv jela	Prakti na koli ina	Koli ina	Receptura
------------	--------------------	----------	-----------

DORU AK [24%]

Mlijeko kravlje 2,8% mm	1 šalica	200 g	
Banane	1 Komada	110 g	
Zobene pahuljice instant, mekane	0.5 šalica	35 g	
Sok od mrkve	šalica	100 g	
Chia sjemenke	0.5 jušna žlica	7.5 g	
Med vrcani		10 g	

Prije doru ka sok od mrkve ili od jabuke svježe cje eni. Zobene pahuljice pomješati u vru e mlijeko te dodati med, i chia sjemenke. ostaviti 15-tak minuta. Kada se ohladi dodati 1 manju bananu izrezanu na plo ke..

ME UOBROK I [9%]

Grož e bijelo		120 g	
Keks petit beurre		20 g	

RU AK [36%]

Ulje maslinovo	1 ajna žlica	5 g	
Pe ena piletina		1	Pile (crno meso-batak,zabatak) 150g, Sol morska .5g, Ulje suncokretovo 5g
Salata kupus		1	Kupus glavati bijeli 100g, Ocat jabu ni 3g, Sol morska 1g, Ulje maslinovo 5g, Ulje suncokretovo 3g
Juha od povr a sa zobenim pahuljicama		1	Celer korjen 10g, Cvjeta a (samo cvijet) 10g, Grašak zeleni (u zmu) 10g, Krumpir zreli 15g, Luk crveni 5g, Mrkva 10g, Peršin list 10g, Ulje maslinovo 5g, Zobene pahuljice 3g
Krumpir slatki (batat)	1	180 g	

Može i pe eno pile e bijelo meso.

ME UOBROK II [11%]

Vo na torta		1	Brašno oštro 10g, Jaje 15g, Kompot od breskve 30g, Mlijeko kravlje 2,8% mm 50g, Puding u prahu (vanilija) 8g, Se er kristal 8g, Šlag 5g
-------------	--	---	---

VE ERA [20%]

Salata od tijesta i povr a		1	Brokula (vrhovi s cvijetom) 50g, Cvjeta a (samo cvijet) 50g, Mrkva 50g, Sol morska 1g, Tjestenina s jajima 60g, Ulje maslinovo 5g, Vrhnje kiselo (12%mm) 20g
----------------------------	--	---	--

UKUPNO ZA DAN: energijski unos 1.637,38 kcal, ugljikohidrati 236,78 g, masti 53,78 g, proteini 56,37 g

JELOVNIK PO DANIMA

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

	Doručak	Meuobrok I	Ručak	Meuobrok II	Večera	Ukupno KCAL
Dan 1	Corn flakes, Sok od jabuke (konzerv.)	Marelica, Keks Elvita	Juha od povrća sa zobenim pahuljicama, Pečena svinjetina, Krumpir restani s peršinom, Pirjani kupus, Sok od naranče (prirodni svježi)	Sladoled mlijeka ni krem (10%mm)	Kruh heljda, Sir kravljji svježi (obr. mlijeko), Lanene sjemenke, Salata od rajčice i krastavaca	
	373,53	170,64	571,77	155,20	326,54	1.597,68
Dan 2	Kruh heljda, Maslac (neslani), Džem, Bijela kava	Breskva, Jogurt (3,2%mm)	Juha od piletine, Pileća prsa u naravnom umaku, Uve, Zelena salata	Savijača s jabukama	Varivo tikvice, Kruh integralni	
	419,65	170,29	556,19	181,44	306,88	1.634,45
Dan 3	Griz na mlijeku, okolada (za kuhanje), Sok od jabuke (konzerv.)	Lubenica, Keks petit beurre	Juha od povrća, Punjena paprika -miješano meso, Pire krumpir	Jogurt voćni iz obranog mlijeka	Tjestenina sa sirom, Salata rajčica	
	398,05	145,50	564,51	178,20	330,92	1.617,18
Dan 4	Kruh raženi, okoladni namaz "Nutela", Bijela kava	Borovnice, Jogurt (3,2%mm)	Juha od mrkve, puretina s ječmenom kašom, Salata od rajčice i krastavaca	Voćna salata, okolada tamna 70% kakao	Varivo mahune, Kruh integralni	
	397,45	176,88	554,33	157,17	323,06	1.608,89
Dan 5	Kruh heljda, Humus, Pureća prsa De luxe 1%, Kakao	Kruška, Keks petit beurre	Juha od brokule, Tjestenina sa šašom i tunjevinom, Salata od rajčice i krastavaca	Palačinke sa sirom	Rizi-bizi s kukuruzom, Zelena salata	
	386,00	163,65	562,77	190,37	293,96	1.596,75
Dan 6	Kruh integralni, Bijela kava, Maslac (neslani), Džem	Dinja (mesnati dio), Jogurt (3,2%mm)	Juha od cvjetače, Kosano meso-miješano, Pirjani poriluk s mrkvom i krumpirom	Biskvit s voćem	Toast- integralni, Sir topljeni za mazanje 1 kom, Mlijeko kravljje 2,8% mm, okolada tamna 70% kakao	
	430,15	150,32	540,14	171,95	348,88	1.641,44
Dan 7	Zobene pahuljice instant, mekane, Mlijeko kravljje 2,8% mm, Med vrcani, Banane, Chia sjemenke, Sok od mrkve	Grožđe bijelo, Keks petit beurre	Juha od povrća sa zobenim pahuljicama, Pečena piletina, Krumpir slatki (batat), Salata kupus, Ulje maslinovo	Voćna torta	Salata od tijesta i povrća	
	393,77	151,40	588,21	179,91	324,10	1.637,39
Prosjek KCAL	399,80	161,24	562,56	173,46	322,05	323,82

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika							
VRTI LJETNI 1		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									09.08.2022							
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	DOR	Sok od jabuke (konzerv.)	-	88,00	197,00	47,00	0,10	0,10	0,00	0,10	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	11,70	11,70	0,00	0,20	
			0,00	3,00	119,00	6,00	7,00	7,00	0,40	0,03	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,10	0,03	1,00
Dan 1	DOR	Corn flakes	-	177,35	1.365,26	326,53	11,94	4,94	7,00	9,53	4,29	2,23	0,65	0,45	26,00	50,92	12,73	34,97	7,53	
			0,00	615,42	354,55	243,35	28,30	211,15	1,05	1,32	0,01	60,00	0,00	0,00	0,06	0,29	0,47	0,07	0,00	
Dan 1	DOR	Ukupno za OBROK	-	265,35	1.562,26	373,53	12,04	5,04	7,00	9,63	4,29	2,23	0,75	0,45	26,00	62,62	24,43	34,97	7,73	
			0,00	618,42	473,55	249,35	35,30	218,15	1,45	1,35	0,03	60,00	0,00	0,00	0,08	0,31	0,57	0,10	1,00	
Dan 1	M 1	Marelisa	-	118,68	161,46	38,64	0,83	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,25	9,25	0,00	2,90	
			0,00	1,38	441,60	23,46	16,56	28,98	0,55	0,14	0,17	345,00	0,00	2.070,00	0,06	0,07	0,83	0,10	9,66	
Dan 1	M 1	Keks Elvita	-		549,66	132,00	2,28			4,20	0,42				0,00	20,10			1,26	
				117,60			33,60		1,26						0,10					
Dan 1	M 1	Ukupno za OBROK	-	118,68	711,12	170,64	3,11	0,83	0,00	4,20	0,42	0,00	0,00	0,00	0,00	29,35	9,25	0,00	4,16	
			0,00	118,98	441,60	23,46	50,16	28,98	1,81	0,14	0,17	345,00	0,00	2.070,00	0,16	0,07	0,83	0,10	9,66	
Dan 1	RU	Juha od povr a sa zobenim pahuljicama	-	52,06	282,49	67,55	1,97	1,97	0,00	2,94	0,43	2,11	0,39	0,35	0,00	8,77	2,10	6,68	2,60	
			0,00	10,52	234,84	21,81	7,08	49,58	1,54	0,34	0,06	186,40	0,00	1.163,40	0,09	0,08	0,72	0,08	20,23	
Dan 1	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 1	RU	Krumpir restani s peršinom	-	159,79	929,09	222,07	4,30	4,30	0,00	5,20	0,70	3,90	0,60	0,40	0,00	42,32	1,72	40,60	4,50	
			0,00	208,72	1.162,70	28,08	48,94	82,18	1,15	0,60	0,31	2,39	0,00	16,56	0,22	0,08	2,43	0,50	30,69	
Dan 1	RU	Pirjani kupus	-	129,87	357,45	85,86	2,65	2,65	0,00	6,14	0,75	3,06	2,33	2,19	0,00	5,60	5,47	0,14	3,77	
			0,00	203,85	390,60	62,19	18,27	51,30	0,57	0,42	0,05	0,00	0,00	0,00	0,08	0,07	0,43	0,23	54,90	
Dan 1	RU	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 1	RU	Ukupno za OBROK	-	485,72	2.390,38	571,78	25,62	9,62	16,00	24,18	5,36	12,87	5,95	5,37	48,00	67,09	19,69	47,42	10,97	
			0,00	697,59	2.268,14	131,08	85,29	360,06	5,86	1,41	0,46	208,79	0,00	1.299,96	0,87	0,39	6,64	1,13	155,82	
Dan 1	M 2	Sladoled mlijeci ni krem (10%mm)	-	50,40	649,60	155,20	3,20	0,00	3,20	8,00	5,60	2,40	0,00	0,00	28,00	17,60	16,00	1,60	0,00	
			0,00	80,00	120,00	120,00		100,00	0,08			104,00			0,05	0,08	0,08	0,03	0,00	
Dan 1	M 2	Ukupno za OBROK	-	50,40	649,60	155,20	3,20	0,00	3,20	8,00	5,60	2,40	0,00	0,00	28,00	17,60	16,00	1,60	0,00	
			0,00	80,00	120,00	120,00		100,00	0,08			104,00			0,05	0,08	0,08	0,03	0,00	
Dan 1	VE	Kruh heljda	-		601,92	144,00	2,00	2,00		4,00					0,00	25,00			2,00	
				15,00					0,00											
Dan 1	VE	Sir kravliji svježi (obr. mlijeko)	-	82,00	301,00	72,00	12,40	0,00	12,40	1,00	0,70	0,20	0,00	0,00	4,00	2,70	2,70	0,00	0,00	
			0,00	406,00	85,00	61,00	5,00	134,00	0,10	0,35		11,00			0,02	0,16	0,10	0,07	0,00	
Dan 1	VE	Lanene sjemenke	-		170,03	40,65	1,25	1,25	0,00	3,13	0,31	0,62	2,19		0,00	2,19	0,00		2,19	
			0,00			18,75			0,84											

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane								Datum jelovnika							
VRTI LJETNI 1		N		Dijeta za djecu 4-6 god.								09.08.2022							
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	VE	Salata od raj ice i krastavaca	-	167,88	294,15	69,89	1,42	1,42	0,00	5,39	0,70	3,90	0,79	0,40	0,00	4,29	4,29	0,00	1,78
			0,00	399,98	395,00	25,27	10,78	34,06	0,64	0,20	0,17	98,00	0,00	588,00	0,08	0,06	1,15	0,11	28,84
Dan 1	VE	Ukupno za OBROK	-	249,88	1.367,10	326,54	17,07	4,67	12,40	13,52	1,71	4,72	2,98	0,40	4,00	34,18	6,99	0,00	5,97
			0,00	820,98	480,00	105,02	15,78	168,06	1,58	0,55	0,17	109,00	0,00	588,00	0,10	0,22	1,25	0,18	28,84
Dan 1		Ukupno za DAN	-	1.170,03	6.680,46	1.597,69	61,04	20,16	38,60	59,53	17,38	22,22	9,68	6,22	106,00	210,84	76,36	83,99	28,83
			0,00	2.335,97	3.783,29	628,91	186,53	875,25	10,78	3,45	0,83	826,79	0,00	3.957,96	1,26	1,07	9,37	1,54	195,32
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	Maslac (neslani)	-	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	0,50	1,50	1,50		2,00	0,00			94,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Dan 2	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
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	-	142,50	1.755,67	419,65	7,77	2,72	5,05	16,60	7,80	3,85	0,47	0,15	39,00	61,22	32,82	0,00	3,35
			0,00	97,80	422,65	188,85	40,65	181,90	0,95	0,72	0,13	133,00	34,50	25,50	0,08	0,27	1,36	0,12	4,50
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	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 1	Ukupno za OBROK	-	288,23	712,28	170,29	7,78	0,78	7,00	6,40	4,20	2,00	0,20	0,00	26,00	21,28	21,28	0,00	1,83
			0,00	95,92	649,30	248,53	32,44	214,80	0,72	1,31	0,07	168,32	0,00	652,50	0,09	0,35	1,51	0,09	10,44
Dan 2	RU	uve	-	204,09	1.240,78	296,56	4,80	4,80	0,00	11,25	1,60	2,40	7,26	7,00	0,00	44,54	8,95	35,59	6,61
			0,00	419,54	549,96	42,07	12,94	203,32	1,59	0,41	0,23	220,32	0,00	1.322,80	0,26	0,15	3,68	0,27	155,18
Dan 2	RU	Pile a prsa u naravnom umaku	-	59,85	574,18	137,30	17,93	0,49	17,44	5,62	1,30	1,93	2,40	2,00	55,20	4,01	0,09	3,92	0,17
			0,00	251,20	271,00	8,75	22,60	173,50	0,48	0,60	0,12	0,00	0,00	0,00	0,09	0,08	7,96	0,43	0,00
Dan 2	RU	Juha od piletine	-	36,69	297,65	71,13	3,97	0,54	3,43	5,45	1,47	2,14	1,85	1,69	19,11	1,53	1,44	0,09	1,40
			0,00	215,70	154,20	12,75	6,06	39,30	1,15	0,27	0,04	227,70	0,00	1.411,20	0,04	0,07	1,41	0,08	12,15
Dan 2	RU	Zelena salata	-	42,66	213,58	51,20	0,46	0,46	0,00	5,04	0,70	3,90	0,44	0,40	0,00	1,07	1,07	0,00	0,62
			0,00	193,53	3,00	19,30	0,00	9,52	0,39	0,00	0,00	80,51	0,00	483,48	0,02	0,04	0,17	0,00	24,49
Dan 2	RU	Ukupno za OBROK	-	343,29	2.326,19	556,19	27,16	6,29	20,87	27,36	5,07	10,37	11,95	11,09	74,31	51,15	11,55	39,60	8,80
			0,00	1.079,97	978,16	82,87	41,60	425,64	3,61	1,28	0,39	528,53	0,00	3.217,48	0,41	0,34	13,22	0,78	191,82
Dan 2	M 2	Savija a s jabukama	-	62,69	759,01	181,44	3,64	3,64	0,00	3,12	0,47	0,72	1,94	1,94	0,00	34,71	12,98	21,73	3,25
			0,00	5,29	272,38	20,24	14,40	67,50	0,87	0,45	0,09	0,15	0,00	0,90	0,16	0,04	0,90	0,07	7,20

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika						
VRTI LJETNI 1		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									09.08.2022						
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	M 2	Ukupno za OBROK	-	62,69	759,01	181,44	3,64	3,64	0,00	3,12	0,47	0,72	1,94	1,94	0,00	34,71	12,98	21,73	3,25
			0,00	5,29	272,38	20,24	14,40	67,50	0,87	0,45	0,09	0,15	0,00	0,90	0,16	0,04	0,90	0,07	7,20
Dan 2	VE	Varivo tikvice	-	329,85	848,26	203,88	6,73	6,73	0,00	5,46	0,72	3,91	0,83	0,50	0,00	33,75	8,61	25,14	7,39
			0,00	292,39	1.230,70	71,74	21,56	229,95	2,88	0,84	0,22	229,68	0,00	1.380,72	0,33	0,37	3,41	0,27	46,69
Dan 2	VE	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 2	VE	Ukupno za OBROK	-	349,85	1.279,26	306,88	10,23	10,23	0,00	6,46	1,02	4,11	1,33	1,00	0,00	53,75	9,11	44,64	11,64
			0,00	554,89	1.355,70	81,74	68,06	329,95	4,13	1,84	0,36	229,68	0,00	1.380,72	0,42	0,41	4,56	0,35	46,69
Dan 2		Ukupno za DAN	-	1.186,56	6.832,41	1.634,45	56,58	23,66	32,92	59,94	18,56	21,05	15,89	14,18	139,31	222,11	87,74	105,97	28,87
			0,00	1.833,87	3.678,19	622,23	197,15	1.219,79	10,28	5,60	1,04	1.059,68	34,50	5.277,10	1,16	1,41	21,55	1,41	260,65
Dan 3	DOR	Griz na mlijeku	-	267,25	1.148,95	274,25	12,65	2,75	9,90	8,65	5,40	2,70	0,55	0,09	33,00	36,60	19,85	16,75	0,50
			0,00	147,50	478,00	360,75	42,00	301,50	0,55	1,14	0,06	78,00	69,00	51,00	0,14	0,49	0,53	0,13	3,00
Dan 3	DOR	okolada (za kuhanje)	-	0,00	321,30	76,80	0,75	0,75	0,00	4,80	2,85	1,50	0,15	0,15	0,00	7,65	7,65	0,00	0,99
			0,00	1,50	60,00	7,50		22,50	0,30			0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,17	0,00	0,00
Dan 3	DOR	Sok od jabuke (konzerv.)	-	88,00	197,00	47,00	0,10	0,10	0,00	0,10	0,00	0,00	0,10	0,00	0,00	11,70	11,70	0,00	0,20
			0,00	3,00	119,00	6,00	7,00	7,00	0,40	0,03	0,02	0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,10	0,03	1,00
Dan 3	DOR	Ukupno za OBROK	-	355,25	1.667,25	398,05	13,50	3,60	9,90	13,55	8,25	4,20	0,80	0,24	33,00	55,95	39,20	16,75	1,69
			0,00	152,00	657,00	374,25	49,00	331,00	1,25	1,17	0,08	78,00	69,00	51,00	0,18	0,53	0,80	0,16	4,00
Dan 3	M 1	Keks petit beurre	-	1,20	521,40	124,50	1,80	1,80	0,00	2,46						20,22	13,02	7,20	0,93
			0,00	72,30		9,60		43,20	0,30	0,18	0,03					0,05	0,04	0,27	0,00
Dan 3	M 1	Lubenica	-	94,00	88,00	21,00	0,40	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,30	5,30	0,00	0,50
			0,00	4,00	120,00	5,00	11,00	8,00	0,30	1,10	0,03	3,00	0,00	20,00	0,02	0,02	0,20	0,07	5,00
Dan 3	M 1	Ukupno za OBROK	-	95,20	609,40	145,50	2,20	2,20	0,00	2,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	25,52	18,32	7,20	1,43
			0,00	76,30	120,00	14,60	11,00	51,20	0,60	1,28	0,06	3,00	0,00	20,00	0,07	0,06	0,47	0,07	5,00
Dan 3	RU	Pire krumpir	-	156,80	866,30	207,00	4,68	3,36	1,32	6,28	1,42	4,26	0,60	0,41	4,40	35,16	2,68	32,48	3,36
			0,00	417,80	972,40	60,40	44,00	101,20	0,84	0,63	0,25	10,40	9,20	6,80	0,20	0,12	1,96	0,42	22,80
Dan 3	RU	Juha od povr a	-	71,05	174,30	41,62	1,49	1,49	0,00	2,01	0,28	1,56	0,17	0,16	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 3	RU	Punjena paprika -miješano meso	-	204,21	1.320,88	315,89	17,19	3,82	13,37	10,98	2,79	3,64	4,44	3,99	84,68	38,08	9,61	28,47	2,95
			0,00	614,05	679,39	49,62	2,72	233,19	4,22	0,34	0,20	282,89	0,00	1.597,20	0,31	0,27	4,18	0,36	207,72
Dan 3	RU	Ukupno za OBROK	-	432,06	2.361,48	564,51	23,36	8,67	14,69	19,27	4,49	9,46	5,21	4,56	89,08	77,65	16,16	61,49	9,77
			0,00	1.246,50	1.924,04	147,06	52,12	365,17	7,26	1,15	0,49	842,29	9,20	4.988,00	0,54	0,47	6,74	0,84	261,10
Dan 3	M 2	Jogurt vo ni iz obranog mlijeka	-	135,00	745,20	178,20	7,20	0,00	7,20	1,98	1,26	0,54	0,18	0,00	7,20	33,48	33,48	0,00	0,18
			0,00	95,40	333,00	248,40	23,40	196,20	0,18	1,21			21,60			0,07	0,29	0,18	0,07

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika						
VRTI LJETNI 1		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									09.08.2022						
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	M 2	Ukupno za OBROK	-	135,00	745,20	178,20	7,20	0,00	7,20	1,98	1,26	0,54	0,18	0,00	7,20	33,48	33,48	0,00	0,18
			0,00	95,40	333,00	248,40	23,40	196,20	0,18	1,21		21,60			0,07	0,29	0,18	0,07	0,00
Dan 3	VE	Tjestenina sa sirom	-	55,20	1.327,70	317,20	13,94	0,00	7,44	11,79	1,82	7,92	0,80	0,80	2,40	40,92	2,62	38,30	0,00
			0,00	630,60	51,00	47,60	3,00	179,90	1,11	0,86	0,03	24,10	16,50	6,00	0,08	0,20	0,06	0,04	0,00
Dan 3	VE	Salata raj ica	-	91,14	58,80	13,72	0,88	0,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,74	2,74	0,00	1,47
			0,00	196,44	284,20	12,74	10,78	20,58	0,39	0,20	0,10	98,00	0,00	588,00	0,06	0,04	0,69	0,11	19,60
Dan 3	VE	Ukupno za OBROK	-	146,34	1.386,50	330,92	14,82	0,88	7,44	11,79	1,82	7,92	0,80	0,80	2,40	43,66	5,36	38,30	1,47
			0,00	827,04	335,20	60,34	13,78	200,48	1,50	1,06	0,13	122,10	16,50	594,00	0,14	0,24	0,75	0,15	19,60
Dan 3	Ukupno za DAN		-	1.163,85	6.769,83	1.617,18	61,08	15,35	39,23	49,05	15,82	22,12	6,99	5,60	131,68	236,26	112,52	123,74	14,54
			0,00	2.397,24	3.369,24	844,65	149,30	1.144,05	10,79	5,87	0,76	1.066,99	94,70	5.653,00	1,00	1,59	8,94	1,29	289,70
Dan 4	DOR	okoladni namaz "Nutela"	-	0,60	670,20	160,20	2,10	1,20	0,90	9,00	6,30	2,40	0,30	0,30	0,60	17,70	16,20	1,50	1,35
			0,00	3,00	6,00	44,40		54,90				240,00			0,03	0,06	0,48	0,02	0,30
Dan 4	DOR	Kruh raženi	-		480,70	115,00	7,00			1,00					0,00	19,50			3,50
				250,00					1,20										
Dan 4	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 4	DOR	Ukupno za OBROK	-	132,60	1.663,15	397,45	14,59	1,74	5,85	14,30	9,00	3,75	0,47	0,35	17,10	52,72	28,32	1,50	5,90
			0,00	330,50	394,15	224,55	37,65	229,40	1,70	0,72	0,06	279,00	34,50	25,50	0,11	0,32	1,78	0,13	1,80
Dan 4	M 1	Borovnice	-	83,30	229,32	54,88	0,59	0,59	0,00	0,59	0,00	0,00	0,59	0,00	0,00	14,01	14,01	0,00	
			0,00	0,98	63,70	9,80	1,96	8,82	0,69	0,10	0,11	21,56	0,00	127,40	0,02	0,02	0,39	0,06	21,56
Dan 4	M 1	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 4	M 1	Ukupno za OBROK	-	259,30	739,32	176,88	7,59	0,59	7,00	6,99	4,20	2,00	0,79	0,00	26,00	23,41	23,41	0,00	0,00
			0,00	92,98	373,70	251,80	23,96	198,82	0,89	1,28	0,11	81,56	0,00	127,40	0,08	0,30	0,59	0,12	21,56
Dan 4	RU	Juha od mrkve	-	59,84	416,81	99,58	1,44	1,44	0,00	5,08	0,71	3,91	0,47	0,45	0,00	12,60	3,81	8,79	2,11
			0,00	211,03	245,05	20,67	12,16	28,60	0,47	0,29	0,09	450,00	0,00	2.700,00	0,05	0,03	0,60	0,10	5,61
Dan 4	RU	puretina s je menom kašom	-	114,22	1.608,11	384,86	26,92	4,92	22,00	11,86	2,35	5,56	3,85	3,69	82,00	45,06	2,51	42,55	4,73
			0,00	454,53	537,47	65,28	15,88	415,00	4,11	1,16	0,09	233,85	0,00	1.425,60	0,15	0,21	10,60	0,15	10,34
Dan 4	RU	Salata od raj ice i krastavaca	-	167,88	294,15	69,89	1,42	1,42	0,00	5,39	0,55	1,20	3,64	3,25	0,00	4,29	4,29	0,00	1,78
			0,00	399,98	395,00	25,27	10,78	34,06	0,64	0,20	0,17	98,00	0,00	588,00	0,08	0,06	1,15	0,11	28,84
Dan 4	RU	Ukupno za OBROK	-	341,94	2.319,07	554,33	29,78	7,78	22,00	22,33	3,61	10,67	7,96	7,39	82,00	61,95	10,61	51,34	8,62
			0,00	1.065,54	1.177,52	111,22	38,82	477,66	5,22	1,65	0,35	781,85	0,00	4.713,60	0,28	0,30	12,35	0,36	44,79
Dan 4	M 2	Vo na salata	-	128,92	406,05	97,08	0,81	0,81	0,00	0,11	0,04	0,00	0,07	0,01	0,00	24,24	23,03	1,21	3,19
			0,00	6,30	436,33	21,00	20,43	27,08	0,70	0,16	0,13	46,86	0,00	283,05	0,05	0,06	0,81	0,21	13,18

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika						
VRTI LJETNI 1		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									09.08.2022						
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	M 2	okolada tamna 70% kakaa	-		251,22	60,10	0,79			4,21					0,00	4,74			1,05
				1,30					1,42										
Dan 4	M 2	Ukupno za OBROK	-	128,92	657,27	157,18	1,60	0,81	0,00	4,32	0,04	0,00	0,07	0,01	0,00	28,98	23,03	1,21	4,24
			0,00	7,60	436,33	21,00	20,43	27,08	2,12	0,16	0,13	46,86	0,00	283,05	0,05	0,06	0,81	0,21	13,18
Dan 4	VE	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	VE	Varivo mahune	-	235,78	921,31	220,06	6,60	6,29	0,31	7,53	1,51	3,47	2,56	2,27	4,40	33,74	5,40	28,33	7,17
			0,00	596,90	1.136,60	75,97	31,64	137,88	2,08	0,44	0,20	74,50	12,00	373,50	0,25	0,30	2,72	0,32	41,82
Dan 4	VE	Ukupno za OBROK	-	255,78	1.352,31	323,06	10,10	9,79	0,31	8,53	1,81	3,67	3,06	2,77	4,40	53,74	5,90	47,83	11,42
			0,00	859,40	1.261,60	85,97	78,14	237,88	3,33	1,44	0,34	74,50	12,00	373,50	0,34	0,34	3,87	0,40	41,82
Dan 4		Ukupno za DAN	-	1.118,54	6.731,12	1.608,90	63,66	20,71	35,16	56,47	18,66	20,09	12,35	10,52	129,50	220,80	91,27	101,88	30,18
			0,00	2.356,02	3.643,30	694,54	199,00	1.170,84	13,26	5,25	0,99	1.263,77	46,50	5.523,05	0,86	1,32	19,40	1,22	123,15
Dan 5	DOR	Kruh heljda	-		601,92	144,00	2,00	2,00		4,00					0,00	25,00			2,00
				15,00					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	Pure a prsa De luxe 1% m	-		89,45	21,40	4,00		4,00	0,20					0,00	0,80			0,00
				22,00					0,20										
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	Ukupno za OBROK	-	132,30	5.394,73	386,00	15,35	2,85	8,95	15,65	3,30	1,70	0,20	0,10	16,50	45,80	12,10	0,75	5,50
			0,00	134,25	426,50	186,00	47,00	169,50	1,10	0,92	0,23	39,00	34,50	25,50	0,06	0,25	0,25	0,06	1,50
Dan 5	M 1	Kruška	-	81,00	163,35	39,15	0,27	0,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,26	10,26	0,00	
			0,00	1,35	126,90	8,10	6,75	9,45	0,14	0,14	0,15	1,35	0,00	9,45	0,03	0,03	0,14	0,01	2,70
Dan 5	M 1	Keks petit beurre	-	1,20	521,40	124,50	1,80	1,80	0,00	2,46						20,22	13,02	7,20	0,93
			0,00	72,30		9,60		43,20	0,30	0,18	0,03				0,05	0,04	0,27		0,00
Dan 5	M 1	Ukupno za OBROK	-	82,20	684,75	163,65	2,07	2,07	0,00	2,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,48	23,28	7,20	0,93
			0,00	73,65	126,90	17,70	6,75	52,65	0,44	0,32	0,18	1,35	0,00	9,45	0,08	0,07	0,41	0,01	2,70
Dan 5	RU	Juha od brokule	-	81,89	404,04	96,68	3,40	3,09	0,31	4,56	1,18	2,75	0,64	0,32	4,40	11,20	2,41	8,79	3,19
			0,00	207,68	394,80	32,27	7,88	69,80	0,77	0,56	0,10	14,40	12,00	13,70	0,07	0,11	1,60	0,07	41,16
Dan 5	RU	Tjestenina sa šalšom i tunjevinom	-	95,44	1.654,92	396,20	18,65	0,75	11,40	18,26	2,87	7,72	6,47	6,20	32,50	41,97	3,31	38,65	1,17
			0,00	215,43	334,55	35,79	20,47	212,37	1,96	1,16	0,14	80,12	16,50	386,22	0,12	0,19	6,88	0,28	14,02
Dan 5	RU	Salata od raj ice i krastavaca	-	167,88	294,15	69,89	1,42	1,42	0,00	5,39	0,70	3,90	0,79	0,40	0,00	4,29	4,29	0,00	1,78
			0,00	399,98	395,00	25,27	10,78	34,06	0,64	0,20	0,17	98,00	0,00	588,00	0,08	0,06	1,15	0,11	28,84

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja		Vrsta prehrane								Datum jelovnika						
VRTI LJETNI 1		N			Dijeta za djecu 4-6 god.								09.08.2022						
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	RU	Ukupno za OBROK	-	345,21	2.353,11	562,77	23,47	5,26	11,71	28,21	4,75	14,37	7,90	6,92	36,90	57,46	10,01	47,44	6,14
			0,00	823,09	1.124,35	93,33	39,13	316,23	3,37	1,92	0,41	192,52	28,50	987,92	0,27	0,36	9,63	0,46	84,02
Dan 5	M 2	Pala inke sa sirom	-	69,59	796,42	190,37	10,22	2,45	7,77	5,59	1,74	1,50	2,28	2,27	30,09	25,79	6,19	19,60	0,85
			0,00	417,93	128,43	71,67	11,56	132,01	0,56	0,48	0,05	26,96	11,75	7,25	0,05	0,15	0,27	0,10	0,25
Dan 5	M 2	Ukupno za OBROK	-	69,59	796,42	190,37	10,22	2,45	7,77	5,59	1,74	1,50	2,28	2,27	30,09	25,79	6,19	19,60	0,85
			0,00	417,93	128,43	71,67	11,56	132,01	0,56	0,48	0,05	26,96	11,75	7,25	0,05	0,15	0,27	0,10	0,25
Dan 5	VE	Zelena salata	-	42,66	138,26	33,20	0,46	0,46	0,00	3,04	0,42	2,34	0,28	0,24	0,00	1,07	1,07	0,00	0,62
			0,00	193,53	3,00	19,30	0,00	9,52	0,39	0,00	0,00	80,51	0,00	483,48	0,02	0,04	0,17	0,00	24,49
Dan 5	VE	Rizi-bizi s kukuruzom	-	49,47	1.090,38	260,76	4,88	4,88	0,00	6,50	1,25	4,05	1,15	0,90	0,00	45,54	0,73	35,51	4,14
			0,00	322,18	214,10	9,76	8,36	177,12	1,03	0,20	0,00	4,77	0,00	33,12	0,17	0,07	2,97	0,15	5,08
Dan 5	VE	Ukupno za OBROK	-	92,13	1.228,64	293,96	5,34	5,34	0,00	9,54	1,67	6,39	1,43	1,14	0,00	46,61	1,80	35,51	4,76
			0,00	515,71	217,10	29,06	8,36	186,64	1,42	0,20	0,00	85,28	0,00	516,60	0,19	0,11	3,14	0,15	29,57
Dan 5		Ukupno za DAN	-	721,43	10.457,6	1.596,75	56,45	17,97	28,43	61,45	11,46	23,96	11,81	10,43	83,49	206,14	53,38	110,50	18,18
			0,00	1.964,63	2.023,28	397,76	112,80	857,03	6,89	3,84	0,87	345,11	74,75	1.546,72	0,65	0,94	13,70	0,78	118,04
Dan 6	DOR	Maslac (neslani)	-	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	0,50	1,50	1,50		2,00	0,00			94,00			0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Dan 6	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 6	DOR	Kruh integralni	-	30,00	646,50	154,50	5,25	5,25	0,00	1,50	0,45	0,30	0,75	0,75	0,00	30,00	0,75	29,25	6,38
			0,00	393,75	187,50	15,00	69,75	150,00	1,88	1,50	0,20	0,00	0,00	0,00	0,14	0,05	1,73	0,11	0,00
Dan 6	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
Dan 6	DOR	Ukupno za OBROK	-	172,50	1.800,25	430,15	11,02	5,97	5,05	14,10	8,25	4,15	1,22	0,90	39,00	66,22	33,57	29,25	7,73
			0,00	476,55	610,15	203,85	110,40	331,90	2,83	2,22	0,33	133,00	34,50	25,50	0,22	0,32	3,09	0,23	4,50
Dan 6	M 1	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 6	M 1	Dinja (mesnati dio)	-	110,92	118,00	28,32	1,18	1,18	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,25	6,25	0,00	1,18
			0,00	16,52	377,60	22,42	23,60	35,40	0,94	0,12	0,05	392,94	0,00	2.360,00	0,06	0,04	0,59	0,08	29,50
Dan 6	M 1	Ukupno za OBROK	-	286,92	628,00	150,32	8,18	1,18	7,00	6,40	4,20	2,00	0,20	0,00	26,00	15,65	15,65	0,00	1,18
			0,00	108,52	687,60	264,42	45,60	225,40	1,14	1,30	0,05	452,94	0,00	2.360,00	0,12	0,32	0,79	0,14	29,50
Dan 6	RU	Juha od cvjeta e	-	81,89	319,91	76,58	3,70	3,23	0,47	2,02	1,14	0,61	0,29	0,10	6,60	11,57	2,57	9,00	2,56
			0,00	206,88	408,30	48,47	8,44	76,15	0,78	0,65	0,10	19,50	18,00	9,00	0,11	0,10	1,19	0,22	44,66
Dan 6	RU	Kosano meso-miješano	-	64,37	776,28	185,70	16,66	1,83	14,83	8,31	2,74	3,20	2,29	2,23	67,94	11,32	0,98	10,33	0,66
			0,00	364,68	280,23	16,88	1,71	173,29	2,23	0,04	0,00	8,46	0,00	0,00	0,23	0,15	3,15	0,27	0,57

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane									Datum jelovnika							
VRTI LJETNI 1		N		Dijeta za djecu 4-6 god.									09.08.2022							
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	RU	Pirjani poriluk s mrkvom i krumpirom	-	302,57	1.162,18	277,86	6,98	6,98	0,00	6,20	0,75	3,06	2,39	2,19	0,00	51,30	9,57	41,73	9,25	
			0,00	423,28	1.535,10	104,29	54,12	129,95	2,43	0,79	0,35	562,50	0,00	3.375,00	0,37	0,15	3,25	0,82	59,28	
Dan 6	RU	Ukupno za OBROK	-	448,83	2.258,37	540,14	27,34	12,04	15,30	16,53	4,63	6,87	4,97	4,52	74,54	74,19	13,12	61,06	12,47	
			0,00	994,84	2.223,63	169,64	64,27	379,39	5,44	1,48	0,45	590,46	18,00	3.384,00	0,71	0,40	7,59	1,31	104,51	
Dan 6	M 2	Biskvit s vo em	-	30,63	719,33	171,95	2,23	1,64	0,59	8,77	2,21	1,84	4,62	4,49	23,14	21,86	10,10	11,76	1,09	
			0,00	7,26	116,00	9,61	6,31	32,31	0,43	0,14	0,06	77,46	0,00	414,00	0,03	0,02	0,28	0,05	1,93	
Dan 6	M 2	Ukupno za OBROK	-	30,63	719,33	171,95	2,23	1,64	0,59	8,77	2,21	1,84	4,62	4,49	23,14	21,86	10,10	11,76	1,09	
			0,00	7,26	116,00	9,61	6,31	32,31	0,43	0,14	0,06	77,46	0,00	414,00	0,03	0,02	0,28	0,05	1,93	
Dan 6	VE	Toast- integralni	-		529,00	125,50	4,05			2,15	0,40					20,75	2,25		3,45	
				300,00																
Dan 6	VE	Sir topljeni za mazanje 1 kom	-	13,95	206,10	49,28	4,50		4,50	3,38	2,03	0,90	0,23	0,00	11,25	0,23	0,23	0,00	0,00	
			0,00	281,25	12,38	105,75		270,00	0,02				33,75			0,01	0,05	0,02	0,01	0,00
Dan 6	VE	Mlijeko kravlje 2,8% mm	-	176,00	478,00	114,00	6,60	0,00	6,60	5,60	3,60	1,80	0,20	0,06	22,00	9,40	9,40	0,00	0,00	
			0,00	98,00	302,00	238,00	28,00	186,00	0,20	0,76	0,04	52,00	46,00	34,00	0,08	0,32	0,20	0,08	2,00	
Dan 6	VE	okolada tamna 70% kaka	-		251,22	60,10	0,79			4,21					0,00	4,74			1,05	
				1,30					1,42											
Dan 6	VE	Ukupno za OBROK	-	189,95	1.464,32	348,88	15,94	0,00	11,10	15,34	6,03	2,70	0,43	0,06	33,25	35,12	11,88	0,00	4,50	
			0,00	680,55	314,38	343,75	28,00	456,00	1,64	0,76	0,04	85,75	46,00	34,00	0,09	0,37	0,22	0,09	2,00	
Dan 6		Ukupno za DAN	-	1.128,83	6.870,27	1.641,44	64,71	20,83	39,04	61,14	25,32	17,56	11,44	9,97	195,93	213,04	84,32	102,07	26,97	
			0,00	2.267,72	3.951,76	991,27	254,58	1.425,00	11,48	5,90	0,93	1.339,61	98,50	6.217,50	1,17	1,43	11,97	1,82	142,44	
Dan 7	DOR	Zobene pahuljice instant, mekane	-	3,12	530,25	126,70	4,17	4,17	0,00	2,42	0,47	0,81	0,89	0,02	0,00	24,33	0,44	19,83	3,50	
			0,00	77,00	128,10	122,85	44,80	148,05	8,65	0,88	0,13	270,20	270,20	0,00	0,16	0,02	0,36	0,03	0,00	
Dan 7	DOR	Mlijeko kravlje 2,8% mm	-	176,00	478,00	114,00	6,60	0,00	6,60	5,60	3,60	1,80	0,20	0,06	22,00	9,40	9,40	0,00	0,00	
			0,00	98,00	302,00	238,00	28,00	186,00	0,20	0,76	0,04	52,00	46,00	34,00	0,08	0,32	0,20	0,08	2,00	
Dan 7	DOR	Med vrcani	-	1,80	133,90	32,00	0,04	0,04	0,00	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	0,00	0,01	0,00	0,40	
Dan 7	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 7	DOR	Chia sjemenke	-		162,71	38,93	1,07	1,07		2,41					0,00	3,22			2,58	
				1,42				0,58												
Dan 7	DOR	Sok od mrkve	-		125,00	30,00	0,42			0,00						7,20	5,93		0,00	
Dan 7	DOR	Ukupno za OBROK	-	227,78	1.648,32	393,77	13,03	6,01	6,60	10,63	4,14	2,61	1,22	0,08	22,00	64,82	34,46	21,81	8,32	
			0,00	178,08	666,10	365,97	100,72	354,53	9,89	1,77	0,29	343,98	316,20	166,00	0,27	0,39	0,97	0,45	9,00	

Ime i prezime		Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane										Datum jelovnika						
VRTI LJETNI 1		N		Dijeta za djecu 4-6 god.										09.08.2022						
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 1	Grož e bijelo	-	90,06	286,14	68,40	0,68	0,68	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	17,44	18,01	0,00	1,03	
			0,00	2,28	273,60	20,52	6,84	23,94	0,34	0,11	0,11	0,00	0,00		0,05	0,02	0,34	0,11	4,56	
Dan 7	M 1	Keks petit beurre	-	0,80	347,60	83,00	1,20	1,20	0,00	1,64						13,48	8,68	4,80	0,62	
			0,00	48,20		6,40		28,80	0,20	0,12	0,02				0,04	0,03	0,18		0,00	
Dan 7	M 1	Ukupno za OBROK	-	90,86	633,74	151,40	1,88	1,88	0,00	1,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,92	26,69	4,80	1,65	
			0,00	50,48	273,60	26,92	6,84	52,74	0,54	0,23	0,13	0,00	0,00		0,09	0,05	0,52	0,11	4,56	
Dan 7	RU	Juha od povr a sa zobenim pahuljicama	-	44,83	328,32	78,51	1,54	1,54	0,00	5,27	0,75	4,00	0,53	0,49	0,00	6,56	1,59	4,97	2,13	
			0,00	8,25	204,73	18,38	5,43	37,23	1,34	0,25	0,05	139,55	0,00	882,30	0,07	0,06	0,57	0,07	19,08	
Dan 7	RU	Pe ena piletina	-	83,25	781,18	186,75	21,49	0,00	21,49	11,19	2,69	4,13	4,38	4,38	123,75	0,00	0,00	0,00	0,00	
			0,00	293,63	337,50	12,38	24,75	202,50	1,01	1,80	0,28	0,00	0,00	0,00	0,12	0,25	6,08	0,34	0,00	
Dan 7	RU	Krumpir slatki (batat)	-	106,81	777,10	185,76	1,55	1,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	44,89	6,19	38,70	1,39	
			0,00	47,99	325,08	46,44		61,92	0,15			15,48	0,00	92,88	0,17	0,06	1,24	0,42	37,15	
Dan 7	RU	Salata kupus	-	83,82	384,80	92,19	1,71	1,71	0,00	8,09	1,03	4,62	2,44	2,35	0,00	3,58	3,49	0,09	2,43	
			0,00	393,33	255,00	39,81	11,70	32,79	0,38	0,27	0,03	0,00	0,00	0,00	0,05	0,05	0,27	0,14	36,00	
Dan 7	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 7	RU	Ukupno za OBROK	-	318,71	2.459,70	588,21	26,29	4,80	21,49	29,55	5,17	16,65	7,75	7,62	123,75	55,03	11,27	43,76	5,95	
			0,00	743,20	1.122,31	117,01	41,88	334,44	2,88	2,32	0,36	155,03	0,00	975,18	0,41	0,42	8,16	0,97	92,23	
Dan 7	M 2	Vo na torta	-	77,59	753,09	179,91	4,49	1,10	3,39	2,99	1,45	1,13	0,27	0,25	74,92	32,82	23,62	9,20	0,66	
			0,00	126,63	155,33	88,61	10,80	139,34	0,60	0,26	0,05	50,97	11,50	83,50	0,04	0,13	0,31	0,07	1,70	
Dan 7	M 2	Ukupno za OBROK	-	77,59	753,09	179,91	4,49	1,10	3,39	2,99	1,45	1,13	0,27	0,25	74,92	32,82	23,62	9,20	0,66	
			0,00	126,63	155,33	88,61	10,80	139,34	0,60	0,26	0,05	50,97	11,50	83,50	0,04	0,13	0,31	0,07	1,70	
Dan 7	VE	Salata od tijesta i povr a	-	100,35	1.356,57	324,10	10,68	2,26	0,62	9,01	2,20	4,70	0,67	0,46	8,80	53,18	7,12	46,06	3,23	
			0,00	416,39	327,75	72,72	7,64	189,17	2,01	1,40	0,12	497,50	43,80	2.721,95	0,14	0,22	1,14	0,11	35,22	
Dan 7	VE	Ukupno za OBROK	-	100,35	1.356,57	324,10	10,68	2,26	0,62	9,01	2,20	4,70	0,67	0,46	8,80	53,18	7,12	46,06	3,23	
			0,00	416,39	327,75	72,72	7,64	189,17	2,01	1,40	0,12	497,50	43,80	2.721,95	0,14	0,22	1,14	0,11	35,22	
Dan 7		Ukupno za DAN	-	815,29	6.851,42	1.637,39	56,37	16,05	32,10	53,82	12,96	25,09	9,91	8,41	229,47	236,77	103,16	125,63	19,81	
			0,00	1.514,78	2.545,09	671,23	167,88	1.070,22	15,92	5,98	0,95	1.047,48	371,50	3.946,63	0,95	1,21	11,10	1,71	142,71	
Dijeta za djecu 4-6 god. [7 dana]		Ukupno za VRSTU PREHRANE		-	7.304,53	51.193,1	11.333,8	419,89	134,73	245,48	401,40	120,16	152,09	78,07	65,33	1.015,38	1.545,96	608,75	753,78	167,38
		Prosje na vrijednost po danu		0,00	14.670,2	22.994,1	4.850,59	1.267,24	7.762,18	79,40	35,89	6,37	6.949,43	720,45	32.121,9	7,05	8,97	96,03	9,77	1.272,01
				-	1.043,50	7.313,31	1.619,11	59,98	19,25	35,07	57,34	17,17	21,73	11,15	9,33	145,05	220,85	86,96	107,68	23,91
				0,00	2.095,75	3.284,88	692,94	181,03	1.108,88	11,34	5,13	0,91	992,78	102,92	4.588,85	1,01	1,28	13,72	1,40	181,72

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

Dan 1

Naziv namirnice	Količina (g)
Celer korjen	10,00
Chia sjemenke	7,50
Cvjetača (samo cvijet)	10,00
Grašak zeleni (u zrnu)	20,00
Jogurt (3,2%mm)	200,00
Keks Elvita	30,00
Krastavci (svježi, sirovi)	100,00
Kruh heljda	50,00
Krumpir zreli	265,00
Kukuruzne pahuljice (cornflakes)	45,00
Kupus glavati bijeli	150,00
Lanene sjemenke	7,50
Luk crveni	15,00
Luk srebrenac (proljetni)	10,00
Marelica	150,00
Mrkva	15,00
Ocat jabučni	3,00
Peršin list	10,50
Rajčica	100,00
Sir kravli svježi (obr. mlijeko)	100,00
Sladoled mliječni krem (10%mm)	80,00
Sok od jabuke (konzerv.)	100,00
Sok od naranče (prirodni svježi)	100,00
Sol morska	2,50
Svinjetina mršava BK	80,00
Ulje maslinovo	15,50
Ulje suncokretovo	5,50
Zobene pahuljice	5,00

Dan 2

Naziv namirnice	Količina (g)
Brašno meko	15,00
Breskva	150,00
Cimet, mljeveni	0,50
Džem	30,00
Jabuka (cijela)	80,00
Jogurt (3,2%mm)	200,00
Kavovina divka	5,00
Kruh heljda	50,00
Kruh integralni	50,00
Krumpir zreli	100,00
Luk crveni	35,00
Maslac (neslani)	10,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	150,00
Mrkva	20,00
Ocat jabučni	3,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

Dan 2

Naziv namirnice	Količina (g)
Paprika žuta (mesnata)	100,00
Peršin list	10,00
Pile (bijelo meso bez kosti)	80,00
Pile (cijelo-prosjek)	30,00
Rajčica	100,00
Rajčica ukuhana (konc. 28-30%)	20,00
Riža ne polirana	50,00
Salata zelena	50,00
Sol morska	3,00
Tikvice zelene	300,00
Tjestenina-kore za pite	30,00
Ulje maslinovo	10,00
Ulje suncokretovo	17,50
Šećer kristal	10,00

Dan 3

Naziv namirnice	Količina (g)
Brašno meko	10,00
Celer korjen	10,00
Jaje	10,00
Jogurt voćni iz obranog mlijeka	180,00
Junetina mršava BK	30,00
Keks petit beurre	30,00
Korabica	20,00
Krumpir zreli	200,00
Lubenica	200,00
Luk crveni	10,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	340,00
Mrkva	50,00
Paprika žuta (mesnata)	150,00
Peršin list	20,00
Pšenična krupica (griz)	25,00
Rajčica	100,00
Rajčica ukuhana (konc. 28-30%)	25,00
Riža polirana (ili brašno)	25,00
Sir kravljji svježi (obr. mlijeko)	60,00
Sok od jabuke (konzerv.)	100,00
Sol morska	4,00
Svinjetina mršava BK	30,00
Tjestenina s jajima	50,00
Ulje maslinovo	17,00
Ulje suncokretovo	5,00
Čokolada (za kuhanje)	15,00
Šećer kristal	5,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

Dan 4

Naziv namirnice	Količina (g)
Banane	50,00
Borovnice	100,00
Brašno meko	10,00
Breskva	50,00
Celer korjen	5,00
Cimet, mljeveni	0,50
Groždice (grožđe suho)	5,00
Jabuka (cijela)	50,00
Ječmena kaša	50,00
Jogurt (3,2%mm)	200,00
Kavovina divka	5,00
Krastavci (svježi, sirovi)	100,00
Kruh integralni	50,00
Kruh raženi	50,00
Krumpir zreli	180,00
Kruška	50,00
Limun	5,00
Lovorov list	0,01
Luk bijeli (češnjak)	1,00
Luk crveni	20,00
Mahune zelene smrznute	150,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	150,00
Mrkva	70,00
Ocat jabučni	3,00
Peršin list	5,00
Peršin-sušeni listovi	1,00
Poriluk (bijeli dio)	10,00
Puran (bijelo meso-prsa BK)	100,00
Rajčica	100,00
Sol morska	4,00
Ulje maslinovo	11,00
Ulje suncokretovo	11,00
Vrhnje kiselo (12%mm)	10,00
Čokolada tamna 70% kakaa	10,00
Čokoladni namaz "Nutela"	30,00
Šećer kristal	8,00

Dan 5

Naziv namirnice	Količina (g)
Brašno meko	30,00
Brokula smrznuta	70,00
Celer list	3,00
Humus	50,00
Jaje	5,00
Kakao u prahu nezašećeren	5,00
Keks petit beurre	30,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

Dan 5

Naziv namirnice	Količina (g)
Krastavci (svježi, sirovi)	100,00
Kruh heljda	50,00
Krumpir zreli	30,00
Kruška	150,00
Kukuruz šeć. konz.	50,00
Lovorov list	0,10
Luk bijeli (češnjak)	1,00
Luk crveni	20,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	175,00
Ocat jabučni	6,00
Origano sušeni	0,50
Peršin list	2,00
Pureća prsa De luxe 1% m	20,00
Rajčica	150,00
Riža ne polirana	50,00
Salata zelena	50,00
Sir kravljji svježi (obr. mlijeko)	50,00
Sol morska	3,00
Tjestenina s jajima	50,00
Tuna konz. u ulju	50,00
Ulje maslinovo	19,00
Ulje suncokretovo	6,00
Vrhnje kiselo (12% mm)	15,00
Šećer kristal	8,00

Dan 6

Naziv namirnice	Količina (g)
Brašno meko	17,50
Brašno pšenično bijelo	5,00
Cvjetača smrznuta	70,00
Dinja (mesnati dio)	200,00
Džem	30,00
Jaje	10,00
Jogurt (3,2% mm)	200,00
Junetina mršava BK	35,00
Kavovina divka	5,00
Kruh integralni	75,00
Kruh pšenični bijeli	15,00
Krumpir zreli	280,00
Luk bijeli (češnjak)	1,00
Luk crveni	15,00
Marelica	30,00
Margarin soft (od biljnih ulja)	10,00
Maslac (neslani)	10,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	350,00
Mrkva	50,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

Dan 6

Naziv namirnice	Količina (g)
Mrvice (ili dvopek) od bijelog kruha	2,50
Poriluk (cijeli)	150,00
Sir topljeni za mazanje	22,50
Sol morska	2,00
Svinjetina mršava BK	35,00
Toast- integralni	50,00
Ulje maslinovo	3,00
Ulje suncokretovo	5,50
Vrhnje kiselo (12%mm)	15,00
Čokolada tamna 70% kakaa	10,00
Šećer kristal	13,00

Dan 7

Naziv namirnice	Količina (g)
Banane	110,00
Brašno oštro	10,00
Brokula (vrhovi s cvijetom)	50,00
Celer korjen	10,00
Chia sjemenke	7,50
Cvjetača (samo cvijet)	60,00
Grašak zeleni (u zrnju)	10,00
Grožđe bijelo	120,00
Jaje	15,00
Keks petit beurre	20,00
Kompot od breskve	30,00
Krumpir slatki (batat)	180,00
Krumpir zreli	15,00
Kupus glavati bijeli	100,00
Luk crveni	5,00
Med vrcani	10,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	250,00
Mrkva	60,00
Ocat jabučni	3,00
Peršin list	10,00
Pile (crno meso-batak,zabatak)	150,00
Puding u prahu (vanilija)	8,00
Sok od mrkve	100,00
Sol morska	2,50
Tjestenina s jajima	60,00
Ulje maslinovo	20,00
Ulje suncokretovo	8,00
Vrhnje kiselo (12%mm)	20,00
Zobene pahuljice	3,00
Zobene pahuljice instant, mekane	35,00
Šećer kristal	8,00
Šlag	5,00

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

Dan 7

Naziv namirnice

Količina (g)

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

Ukupno za jelovnik

Naziv namirnice	Količina (g)
Banane	160,00
Borovnice	100,00
Brašno meko	82,50
Brašno oštro	10,00
Brašno pšenično bijelo	5,00
Breskva	200,00
Brokula (vrhovi s cvijetom)	50,00
Brokula smrznuta	70,00
Celer korjen	35,00
Celer list	3,00
Chia sjemenke	15,00
Cimet, mljeveni	1,00
Cvjetača (samo cvijet)	70,00
Cvjetača smrznuta	70,00
Dinja (mesnati dio)	200,00
Džem	60,00
Grašak zeleni (u zrnu)	30,00
Grožđe bijelo	120,00
Groždice (grožđe suho)	5,00
Humus	50,00
Jabuka (cijela)	130,00
Jaje	40,00
Ječmena kaša	50,00
Jogurt (3,2%mm)	800,00
Jogurt voćni iz obranog mlijeka	180,00
Junetina mršava BK	65,00
Kakao u prahu nezašećeren	5,00
Kavovina divka	15,00
Keks Elvita	30,00
Keks petit beurre	80,00
Kompot od breskve	30,00
Korabica	20,00
Krastavci (svježi, sirovi)	300,00
Kruh heljda	150,00
Kruh integralni	175,00
Kruh pšenični bijeli	15,00
Kruh raženi	50,00
Krumpir slatki (batat)	180,00
Krumpir zreli	1.070,00
Kruška	200,00
Kukuruz šeć. konz.	50,00
Kukuruzne pahuljice (cornflakes)	45,00
Kupus glavati bijeli	250,00
Lanene sjemenke	7,50
Limun	5,00
Lovorov list	0,11

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

Ukupno za jelovnik

Naziv namirnice	Količina (g)
Lubenica	200,00
Luk bijeli (češnjak)	3,00
Luk crveni	120,00
Luk srebrenac (proljetni)	10,00
Mahune zelene smrznute	150,00
Marellica	180,00
Margarin soft (od biljnih ulja)	10,00
Maslac (neslani)	20,00
Med vrcani	10,00
Mlijeko kravlje 2,8% mm	1.415,00
Mrkva	265,00
Mrvica (ili dvopek) od bijelog kruha	2,50
Ocat jabučni	18,00
Origano sušeni	0,50
Paprika žuta (mesnata)	250,00
Peršin list	57,50
Peršin-sušeni listovi	1,00
Pile (bijelo meso bez kosti)	80,00
Pile (cijelo-prosjek)	30,00
Pile (crno meso-batak,zabatak)	150,00
Poriluk (bijeli dio)	10,00
Poriluk (cijeli)	150,00
Puding u prahu (vanilija)	8,00
Puran (bijelo meso-prsa BK)	100,00
Pureća prsa De luxe 1%m	20,00
Pšenična krupica (griz)	25,00
Rajčica	550,00
Rajčica ukuhana (konc. 28-30%)	45,00
Riža ne polirana	100,00
Riža polirana (ili brašno)	25,00
Salata zelena	100,00
Sir kravljji svježi (obr. mlijeko)	210,00
Sir topljeni za mazanje	22,50
Sladoled mliječni krem (10%mm)	80,00
Sok od jabuke (konzerv.)	200,00
Sok od mrkve	100,00
Sok od naranče (prirodni svježi)	100,00
Sol morska	21,00
Svinjetina mršava BK	145,00
Tikvice zelene	300,00
Tjestenina s jajima	160,00
Tjestenina-kore za pite	30,00
Toast- integralni	50,00
Tuna konz. u ulju	50,00
Ulje maslinovo	95,50
Ulje suncokretovo	58,50

LISTA ZA KUPOVINU

Ime i prezime	Spol	Datum rođenja	Vrsta prehrane	Datum jelovnika
VRTI LJETNI 1	N		Dijeta za djecu 4-6 god.	09.08.2022

Ukupno za jelovnik

Naziv namirnice	Količina (g)
Vrhnje kiselo (12%mm)	60,00
Zobene pahuljice	8,00
Zobene pahuljice instant, mekane	35,00
Čokolada (za kuhanje)	15,00
Čokolada tamna 70% kakaa	20,00
Čokoladni namaz "Nutela"	30,00
Šećer kristal	52,00
Šlag	5,00