

Jelovnik Dječji vrtić „Čarolija“ 02.03. – 31.03.2020.

PONEDJELJAK 02.03.2020.

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: MARGO SA SJEMENKAMA SUNCOKRETA, BUČE, SEZAMA I LANA, KRUH, ČAJ BOROVNICA

RUČAK: VARIVO KELJ SA POVRČEM I KOBASICAMA, KRUH, VOĆE

UŽINA: KOKOS KOCKE

UTORAK

ZAJUTRAK: KEKSI I MLIJEKO

DORUČAK: FORFEKI NA MLIJEKU

RUČAK: JUHA OD GRISA I MRKVE, PUREĆE PLJESKAVICE, LADANJSKI KRUMPIR, CIKLA SALATA

UŽINA: VOĆE

SRIJEDA

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: PAŠTETA OD SLANUTKA NA KRUHU, ČAJ

RUČAK: VARIVO RIČET SA SLANINOM, MRKVOM, KRUMPIROM I LEĆOM, KRUH, VOĆE

UŽINA: BUHTLE SA ČOKOLADOM

ČETVRTAK

ZAJUTRAK: KEKSI I MLIJEKO

DORUČAK: VRTIČKA BIJELA ŽUPICA SA BENKOM

RUČAK: KREM JUHA OD CVJETAČE, PIL. RIŽOTO SA POVRČEM I KUKURUZOM, KRASTAVCI, VOĆE

UŽINA: SIRNI BUREK

PETAK

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: RIBLJA PAŠTETA NA KRUHU, ČAJ OD JABUKE

RUČAK: POVRTNA JUHA SA CELEROM I GRISOM, ZAPEČENA TJESTENINA SA SIROM, ŠPINAT, CIKLA

UŽINA: VOĆE

PONEDELJAK 09.03.2020.

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: MASLAC I MED NA KRUHU, ČAJ

RUČAK: SEKELJI GULAŠ OD KISELOG ZELJA I JUNETINE, GRIS, KRUH

UŽINA: SOČNI KOLAČ OD JABUKA NA ŠALICE, ČAJ OD BOROVNICA

UTORAK

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: DOMAĆA PREŽGANA JUHA SA KOCKICAMA TOSTIRANOG KRUHA

RUČAK: POVRTNA JUHA, FAŠIRANCI OD MLJ. PURETINE I KRUM., KUHALO POVRĆE PRODINSTANO NA MASLACU, CIKLA

UŽINA: PUDING OD VANILIJE

SRIJEDA

ZAJUTRAK: KEKSI I BENKO

DORUČAK: GRIS SA CIMETOM

RUČAK: PUREĆE ČUFTE S RIŽOM U SOS PARADJZU I PALENTA, CIKLA, VOĆE

UŽINA: MAKOVNJAČA

ČETVRTAK

ZAJUTRAK: KEKSI I MLIJEKO

DORUČAK: SIRNI NAMAZ NA KRUHU, JOGURT

RUČAK: JUNEĆI GULAŠ I TJESTENINA, VOĆE

UŽINA: PALAČINKE SA LINO LADOM

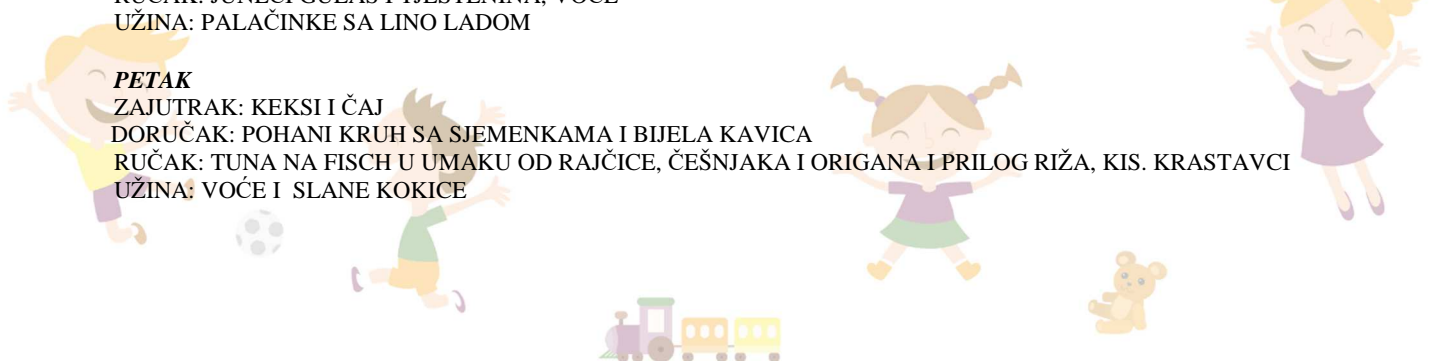
PETAK

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: POHANI KRUH SA SJEMENKAMA I BIJELA KAVICA

RUČAK: TUNA NA FISCH U UMAKU OD RAJČICE, ČEŠNJAKA I ORIGANA I PRILOG RIŽA, KIS. KRASTAVCI

UŽINA: VOĆE I SLANE KOKICE



PONEDJELJAK 16.03.2020.

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: SENDVIČ SA ŠUNKOM NA KRUHU, JOGURT

RUČAK: PAPRIKAŠ OD SLANUTKA, KORJENASTOG POVRĆA I SVINJETINE , VOĆE

UŽINA: VAFLI SA ĐEMOM OD ŠUMSKOG VOĆA

UTORAK

ZAJUTRAK: KEKSI I BENKO

DORUČAK: ČOKOLADNI CONRNFLAKES SA MLIJEKOM

RUČAK: VRTIČKA SARMA SA PUREĆIM OKRUGLICAMA, PALENTA, VOĆE

UŽINA: KAKAO KOCKE

SRIJEDA

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: DOMAĆA PREŽGANA JUHA SA KOCKICAMA TOSTIRANOG KRUHA

RUČAK: JUHA OD MRKVE I GRIS KNEDLI, POPEČKE OD KRUMPIRA I SIRA, DINSTANA HAJDINA KAŠA

UŽINA: POGAČA OD ROGAČA

ČETVRTAK

ZAJUTRAK: KEKSI I MLIJEKO

DORUČAK: GRIS NA MLIJEKU SA CIMETOM

RUČAK: SAFT OD PIL. ŽELUČEKA SA MAJČINOM DUŠICOM I RIŽA, VOĆE

UŽINA: SLANI KOLAČ SA ŠPINATOM I SVJEŽIM SIROM

PETAK

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: RIBLJA PAŠTETA NA KRUHU, JOGURT

RUČAK: JUHA OD HAJDINE KAŠE, POHANI OSLIĆ FILE I KRUMPIR SALATA SA LUKOM, KEČAP

UŽINA: VOĆE

PONEDJELJAK 23.02.2020

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: MAKARONČIĆI SA BENKOM

RUČAK: VARIVO OD MAHUNA, MRKVE, KRUMPIRA, SLANUTKA I SUHOG MESA, KRUH , VOĆE

UŽINA: SLANA BISKVITNA ZELJANICA, ČAJ

UTORAK

ZAJUTRAK: KEKSI I BENKO

DORUČAK: SIRNI NAMAZ NA KRUHU, BIJELA KAVICA

RUČAK: KUHAN JUNETINA U SALSU OD RAJČICE I ORIGANA, TJESTENINA, CIKLA SALATA, VOĆE

UŽINA: ČOKOLADNI MUFFINI

SRIJEDA

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: MARGO SA SJEMENKAMA BUČE, SEZAMA I LANA, KRUH, ČAJ BOROVNICA

RUČAK: PILEĆA JUHA, KRPICE SA ZELJEM, POPEČKE OD RIB.KRUMPIRA I MLJ.MESA, CIKLA

UŽINA: BANANE I JOGURT

ČETVRTAK

ZAJUTRAK: KEKSI I MLIJEKO

DORUČAK: ČOKOLADNE PAHULJICE I MLIJEKO

RUČAK: ŠPAGETE BOLOGNESE, VOĆE

UŽINA: KOLAČ OD GRISA

PETAK

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: LINO LADA NA KRUHU I ČAJ OD KAMILICE

RUČAK: JUHA OD RAJČICE, ĐUVEĐ RIŽA I RIBLJI ŠTAPIĆI, CIKLA, VOĆE

UŽINA: VOĆE I DOMAĆI SOK OD MELISE

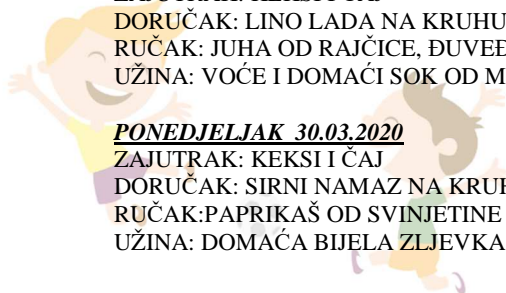
PONEDJELJAK 30.03.2020

ZAJUTRAK: KEKSI I ČAJ

DORUČAK: SIRNI NAMAZ NA KRUHU, ČAJ

RUČAK:PAPRIKAŠ OD SVINJETINE SA KRUMPIROM, MRKVOM I SLANUTKOM, RIŽA, VOĆE

UŽINA: DOMAĆA BIJELA ZLJEVKA SA SIROM I KISELIM VRHNJEM, ČAJ





Adresa : Bikovec 91, 42243 Maruševac
Telefon: 042 625 768
Web : www.dvcarolija.hr
Mail : carolija@dvcarolija.hr
OIB : 37843971638
IBAN: PBZ HR942340009 1110933232

UTORAK

ZAJUTRAK: KEKSI I BENKO

DORUČAK: KRAFNE I BIJELA KAVICA

RUČAK: JUHA OD RAJČICE, POHANA PILETINA SA SEZAMOM, PRILOG HLADNA RIŽA NA SALATU SA
GRAŠKOM, MRKVOM I KUKURUZOM

UŽINA: VOĆE



Raspored posluživanja obroka:

ZAJUTRAK: 05:30 - 07:30 sati - djeca koja dolaze od 5 sati ujutro u vrtić (keksi, mlijeko ili čaj).

DORUČAK: 08:00 – 8:15 sati

RUČAK PO SKUPINAMA :

- **jaslične: Bubamare : 10:30 sati**

Ribice: 10:45 sati

Ježići : 10:45 sati

Žabice: 10:45 sati

- **vrtićne: Lavići: 11:30**

Sovice: 11:30 sati

Slonići : 12:00 sati

UŽINA: 14:00 sati

Za doručak od čajeva djeca piju čaj od komorača, mente, kamilice, šipka, domaći čaj od lipe, bazge, matičnjaka ili voćne čajevce sa dodatkom meda od maslačka ili zaslađeni šećerom.

Prije ručka ili za ručak obično piju vodu što je zdravo u kombinaciji sa tjelesnim aktivnostima koje imaju te su djeca boljeg apetita, a nakon ručka imaju na izbor prirodni domaći sok (bazga, matičnjak) ili vodu.

Voće se djeci poslužuje skoro svakoga dana nakon ručka (jagode, banane, jabuke, ribizli, maline, jabuke, nektarine, breskve, lubenice ili šljive), a ponekad i za doručak i uz užinu kao voćna salata ili u kombinaciji sa pudingom ili kao voćni kolač. Ne prakticiramo djeci nuditi voće kao užinu između doručka i ručka jer je činjenica da će slabije jesti za ručak.

Poslužuju se razne salate – zelena salata, mladi luk, krastavci (svježi, kiseli), ribano zelje, mrkva, paprika, rajčica, cikla - kombinira se ovisno o sezoni povrća koje je uzgojeno na eko vrtu dječjeg vrtića.

Ako je za ručak varivo poslužuje se kruh, ako je za ručak npr. meso sa prilogom (tjestenina, krumpir, riža, mlinci, kaša) i salatom, kruh se ne poslužuje.

Grickalice (kokice, štapići) se povremeno poslužuju poslije užine, da ne remete raspored posluživanja obroka. Smokići nisu dozvoljeni zbog alergije pojedine djece na kiki riki.

Naši dobavljači :

- dobavljač 90% namirnica za pripremu hrane vrtića - Podravka d.d.
- pekarski proizvodi, mlinci, krušne mrvice – pekarnica Greda odnosno EKOPEK d.o.o.
- mlijeko i svi mliječni proizvodi – PG Bistrović d.o.o. – mljekara Marina
- domaća brašna (kukuruzno, integralno, heljdino, domaća hajdina kaša) – OPG Prešovar Koretinec
- meso friško klanje (junetina, piletina, puretina, svinjetina, mljeveno meso) - Branka d.o.o.
- ribe (bijeli filet oslića i panirani riblji štapići) – PI-PROM d.o.o. Varaždin

Pravilna i uravnotežena prehrana znači da će baš svako dijete u energetskom i nutritivnom smislu zadovoljiti svoje dnevne potrebe.

Jako nam je važna podrška i pomoć u promoviranju zdrave, pravilne i uravnotežene prehrane, stoga Vas pozivamo na suradnju i zajedničko djelovanje na dobrobit djece.

Vrtić zadržava pravo izmjene jelovnika.

