

 

***JELOVNIK ZA OSNOVNU ŠKOLU NIKOLA TESLA***

 ***OD 01.10.2020.-31.10.2020.***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TJEDAN** | ***PONEDJELJAK 28.09.*** | ***UTORAK 29.09.***  | ***SRIJEDA 30.09.*** | ***ČETVRTAK 01.10.***  | ***PETAK 02.10.*** |
|   *I.**Potenc.**alergeni u hrani\** |  |  |  | *Juneći gulaš* *Prilog palenta**Jogurt mlijeko\***Polubijeli/miješani kruh gluten\**  | *Tjestenina sa tuna umakom gluten,jaje,mlijeko\* ili svježa riba i**Blitva ili špinat s krumpirom* *Sezonsko voće**Polub./miješ.kruhgluten\**Slikovni rezultat za šljive i jabuke *Jabuke i šljive* |
| *II.**Potenc. alergeni u hrani\** | **PONEDJELJAK 05.10.***Maneštrica od leće, kukuruza, mrkve, krumpira celer\***Odresci od suhog mesa**Desertgluten,* *jaja, mlijeko i mlij.proizv.\***Polubijeli/miješani kruh* *gluten\**Slikovni rezultat za leća *Leća-ukusna i zdrava*  |  ***UTORAK 06.10.****Tjestenina špageti sa mljevenim mesom (umak bolognese) mlijeko, jaja, gluten\** *Ili mesne okruglice sa pire krumpirom**Desertgluten,* *jaja, mlijeko i mlij.proizv.\***Polub./miješ.kruh**Gluten\**Povezana slika | **SRIJEDA 07.10.** *Pileća juha celer\***Pileći rižoto celer\***Salata**Polub./miješ.kruh gluten\** Povezana slika *Pileći rižoto* | **ČETVRTAK 08.10.***Musaka od miješanog mesa i povrća ili polpete sa prilogom (povrće)**Salata cikla**Polub./miješ.kruh gluten\**  | **PETAK 09.10.***Svježa riba ili pohani oslić mlijeko i mlij.proizv., gluten, jaja\***Blitva ili špinat s krumpirom**Kolač gluten, orašasto voće\***Polub./miješ.kruh**Gluten\**Slikovni rezultat za srdela *Srdelice* |
| *III.**Potenc. .alergeni u hrani\** | **PONEDJELJAK 12.10.** *Maneštrica od graha i ječma celer\* Odresci od suhog mesa* *Palačinke ili kiflice s marm./čokoladom* *gluten,jaja, mlijeko i mlij.proizv\*.* *Polub./miješ.kruh* *gluten\**Slikovni rezultat za kiflice s marmeladom | **UTORAK 13.10.** *Juneće šnicle ili juneći gulaš**Riži-biži**Sezonska salata* *Polubijeli/miješani kruh gluten\**Slikovni rezultat za salata zelena*Sezonska salata* | **SRIJEDA 14.10.***Pileća juha celer\***Pečena piletina ili pohani pileći odrezak**Krpice s kupusom**Polub./miješ.kruh gluten\** Povezana slika*Tjestenina krpice* | **ČETVRTAK 15.10.***Juneći gulaš s mljevenim mesom i tjesteninom (pašta bolognese)**Salata**Polub./miješ.kruh gluten\**  | **PETAK 16.10.***Tjestenina gluten\* u umaku od tune ili svježa riba gluten\* sa krumpir salatom* *Sezonsko voće**Polub./miješ.kruh gluten\**Slikovni rezultat za jesenje voće |
| *IV.**Potenc..alergeni u hrani\** | **PONEDJELJAK 19.10.** *Maneštrica od bijelog mesa i povrća s noklicama od griza celer\* Mramorni kolač gluten, oraš.voće\** *Polubijeli / miješani kruh gluten\**Slikovni rezultat za mramorni kolač*Mramorni kolač* | **UTORAK 20.10.**  *Juneći gulaš s graškom, palentom ili pire krumpirom* *celer,mlijeko\** *Tekući jogurt* *mlijeko i mlij.proizv\*.* *Polub*./miješ.kruh *gluten\** Slikovni rezultat za grašak *Grašak* | **SRIJEDA 21.10.**  *Juneća juha sa tjesteninom celer,gluten\* Svinjski kotleti na žaru* *Đuveč* *Polub./miješ. kruh gluten\**Slikovni rezultat za povrÄe za ÄuveÄ *Povrće za đuveđ* | **ČETVRTAK 22.10.** *Polpete od miješanog mesa ili mesna štruca (rolada)* *Prilog miješano povrće* *Desert mlijeko, orašasti plodovi \* Polub./miješ.kruh gluten\** | **PETAK 23.10.***Rižoto od liganja ili svježa riba Blitva ili špinat s krumpirom Pita od jabuka gluten\* Polub./miješani kruh gluten\**Slikovni rezultat za pita od jabuka *Pita od jabuka* |
| *V.**Potenc. alergeni u hrani\** | **PONEDJELJAK 26.10.** *Maneštrica od fažola s tjesteninom celer,gluten\* Odresci od suhog mesa Buhtle ili kiflice od marm./čokolade* *gluten,jaja, mlijeko i mlij.proizv\*. Polubijeli/miješani kruh gluten\** | **UTORAK 27.10.** *Pohani pileći odresci* gluten, jaje,mlijeko\*Krumpir restani*Sezonska salata**Polub./miješ.kruh gluten\**  | **SRIJEDA 28.10.** *Pileća juha s tjesteninom celer,gluten\***Pileći rižoto sa povćem* *celer\***Salata cikla**Jogurt mlijeko i mlij.proizv\***Polub./miješ.kruh gluten\**Slikovni rezultat za tjestenina za juhu  | **ČETVRTAK 29.10.***Svinjski kotleti na žaru**Svježi kupus s krumpirom**Polub./miješ.kruh gluten\**  | **PETAK 30.10.**Tjestenina zapečena sa sirom gluten, jaje,mlijeko\*IliSvježa riba sa krumpir salatomSezonsko voće*Polub./miješ.kruh gluten\** |