



III. OSNOVNA ŠKOLA VARAŽDIN  
VARAŽDIN, TRG IVANA PERKOVCA 35

J E L O V N I K ZA JUTARNJI OBROK  
MJESEC – rujan 2024.

| Datum i dan u tjednu       | Naziv obroka  | Alergeni  | Oznaka obroka | Energetska vrijednost obroka |
|----------------------------|---|---|---------------|------------------------------|
| 9. 9. 2024. – ponedjeljak  |   |   |               |                              |
| 10. 9. 2024. – utorak      | Salata od tjestenine, piletine i povrća                         | Žitarice koje sadrže gluten, jaja i proizvodi od jaja     | CC 3.9        | 358.2                        |
| 11. 9. 2024. – srijeda     | Varivo od ječma s krumpirom i svinjetinom                       | Žitarice koje sadrže gluten, jaja i proizvodi od jaja     | D 4.7         | 382.5                        |
| 12. 9. 2024. – četvrtak    | Paprikaš od svinjetine, tjestenina                              | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi | CC 3.2        | 378.5                        |
| 13. 9. 2024. – petak       | Čokoladni griz od pira sa lanenim sjemenkama , bademima i medom | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi | A 1.3         | 356.4                        |
|                            |   |   |               |                              |
| 16. 9. 2024. – ponedjeljak | Sirni namaz, jogurt   | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi | BB 2.3        | 367.8                        |
| 17. 9. 2024. – utorak      | Palenta s pirjanom teletinom                                    | Moguća prisutnost glutena                                 | C 3.13        | 368.3                        |
| 18. 9. 2024. – srijeda     | Grah ričet varivo s kobasicama, kruh                            | Žitarice koje sadrže gluten                               | D 4.1         | 359.8                        |
| 19. 9. 2024. – četvrtak    | Salata od tune s tjesteninom                                    | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi | C 3.21        | 381.5                        |



|                            |  |  |        |       |
|----------------------------|--|--|--------|-------|
| 20. 9. 2024. – petak       | Musli s probiotikom, medom, lanenim i chia sjemenkama, jabukama i borovnicom | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi  | A 1.6  | 376.5 |
| 23. 9. 2024. – ponedjeljak | Namaz od eko lješnjaka i kaka, mlijeko                                       | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi  | B 2.11 | 385.5 |
| 24. 9. 2024. – utorak      | Mesna štruca, heljdina kaša  | Žitarice koje sadrže gluten  | CC 3.7 | 399.7 |
| 25. 9. 2024. – srijeda     | Fino varivo sa svinjetinom i kukuruzni kruh                                  | Žitarice koje sadrže gluten  | DD 4.1 | 370.2 |
| 26. 9. 2024. – četvrtak    | Piletina u bijelom umaku s tjesteninom, cikla                                | Žitarice koje sadrže gluten, jaja i proizvodi od jaja, mlijeko i mliječni proizvodi                                | C 3.22 | 367.2 |
| 27. 9. 2024 – petak        | Tjestenina u čokoladnom umaku s quarkom                                      | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi, jaja i proizvodi od jaja, zrna soje i proizvodi od soje | AA 1.1 | 374,9 |
| 30. 9. 2024. – ponedjeljak | Integralni sendvič i jogurt  | Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi  | BB 2.5 | 376.2 |

NAPOMENA:

- jelovnik je izrađen temeljem projekta „Čarobna osmica“
  - uz jutarnji obrok učenici će dobiti voće, puding, jogurt ili kolač kao međuobrok
- jelovnik se može mijenjati zbog objektivnih razloga