



III. OSNOVNA ŠKOLA VARAŽDIN
VARAŽDIN, TRG IVANA PERKOVCA 35

J E L O V N I K ZA JUTARNJI OBROK
MJESEC – listopad 2025.

Datum i dan u tjednu	Naziv obroka	Alergeni	Oznaka obroka	Energetska vrijednost obroka
1. 10. 2025. – srijeda	Pileća ragu juha s povrćem, kruh	Žitarice koje sadrže gluten	DD 4.4	391.7
2. 10. 2025. – četvrtak	Zapečena tjestenina sa sirom šunkom i vrhnjem, salata	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	CC 3.5	385.1
3. 10. 2025. – petak	Čokoladni gris od pira	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	A 1.3	356.4
6. 10. 2025. – ponedjeljak	Integralni kruh s namazom od eko lješnjaka i kaka, mlijeko	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	B 2.6	357
7. 10. 2025. – utorak	Bolognese s tjesteninom, salata	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	C 3.6	359.8
8. 10. 2025. – srijeda	Fino varivo sa svinjetinom, kruh	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	DD 4.1	370.2
9. 10. 2025. – četvrtak	Rižoto s piletinom	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	C 3.10	390.8
10. 10. 2025. – petak	Musli s probiotikom, medom, lanenim i chia sjemenkama, jabuka i borovnica	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	A 1.6	376.5
13. 10. 2025. – ponedjeljak	Integralni sendvič i jogurt	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	BB 2.5	376.2



14. 10. 2025. – utorak	Mlinci i pečena piletina, salata	Žitarice koje sadrže gluten	C 3.16	353.1
15. 10. 2025. – srijeda	Grah ričet varivo s kobasicama	Žitarice koje sadrže gluten	D 4.1	379.9
16. 10. 2025. – četvrtak	Bulgur s goveđim gulašom	Žitarice koje sadrže gluten	C 3.9	373.6
17. 10. 2025. – petak	Čokolino, banana	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	A 1.12	394.9
20. 10. 2025. – ponedjeljak	Integralni kruh s namazom od eko lješnjaka i kaka	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	B 2.6	357
21. 10. 2025. – utorak	Bolognese s tjesteninom, salata	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	C 3.6	359.8
22. 10. 2025. – srijeda	Kelj varivo, kruh	Žitarice koje sadrže gluten	D 4.9	389.4
23. 10. 2025. – četvrtak	Paprikaš od svinjetine, tjestenina	Žitarice koje sadrže gluten, jaja i proizvodi	CC 3.2	378.5
24. 10. 2025. – petak	Lino Crunch sa zobenom kašom i plazma keksom	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	AA 1.2	370.9
27. 10. 2025. - ponedjeljak	Sendvič od kruha s maslacem, zelenom salatom i salamom, kakao napitak	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	B 2.20	392.3
28. 10. 2025. - utorak	Svinjsko pečenje, đuveč s rižom, salata	Mlijeko i mliječni proizvodi, gorušica, mogućnost prisutnosti glutena	C 3.23	399
29. 10. 2025. – srijeda	Sekelji gulaš s kruhanim krumpirom	Mlijeko i mliječni proizvodi	C 3.20	389.1



30. 10. 2025. - četrtek	Pileći batak, đuveč s rižom, kupus salata	Žitarice koje sadrže gluten	C 3.29	386.2
31. 10. 2025. – petak	Kukuruzne pahuljice s kraš ekspresom i banana	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	AA 1.13	390.5

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