



III. OSNOVNA ŠKOLA VARAŽDIN
VARAŽDIN, TRG IVANA PERKOVCA 35

J E L O V N I K ZA JUTARNJI OBROK
MJESEC – siječanj 2026.

Datum i dan u tjednu	Naziv obroka	Alergeni	Oznaka obroka	Energetska vrijednost obroka
12. 1. 2026. – ponedjeljak	Integralni sendvič i jogurt	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	BB 2.5	376.2
13. 1. 2026. – utorak	Heljdina kaša, pečena piletina	Žitarice koje sadrže gluten	C 3.2	380.2
14. 1. 2026. – srijeda	Grah ričet varivo s kobasicama, kruh	Žitarice koje sadrže gluten	D 4.1	379.9
15. 1. 2026. – četvrtak	Bolognese s tjesteninom, salata	Žitarice koje sadrže gluten	C 3.6	359.8
16. 1. 2026. – petak	Čokolino, banana	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	A 1.12	394.9
19. 1. 2026. – ponedjeljak	Kukuruzni kruh sa krem sirom i chia sjemenkama, kakao napitak	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	B 2.8	380,3
20. 1. 2026. – utorak	Rižoto s piletinom	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	C 3.10	390.8
21. 1. 2026. – srijeda	Fino varivo sa svinjetinom	Žitarice koje sadrže gluten	A 1.3	356.4
22. 1. 2026. – četvrtak	Paprikaš od svinjetine, tjestenina	Žitarice koje sadrže gluten, jaja i proizvodi od jaja	CC 3.2	378.5



23. 1. 2026. – petak	Čokoladni gris od pira, banana	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	AA 1.8	379
26. 1. 2026. – ponedjeljak	Sir s vrhnjem, kukuruzni kruh	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	B 2.12	358.5
27. 1. 2026. – utorak	Palenta s pirjanom teletinom	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	C 3.13	368.3
28. 1. 2026. – srijeda	Krem juha od brokule, crni kruh, banana	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi	DD 4.11	375.3
29. 1. 2026. – četvrtak	Makaroni sa sirom	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi, jaja i proizvodi	C 3.18	355.1
30. 1. 2026. – petak	Čokoladni puding sa zobnim pahuljicama, lješnjacima, bananom, chia i lanenim sjemenkama	Žitarice koje sadrže gluten, mlijeko i mliječni proizvodi, orašasto voće	A 1.2	378.8

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