**JELOVNIK ZA OŽUJAK 2023.**

*Kod kuće ili u školi, neka ti pravilna prehrana postane navika. Biraj cjelovite žitarice, obilje šarolikog povrća i voća, malo mesa i ribe te mliječnih proizvoda.****Kombiniraj i jedi raznoliku hranu na umjeren način.***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **PONEDJELJAK** | **UTORAK** | **SRIJEDA** | **ČETVRTAK** | **PETAK** |
|  |  | 1.03.  SVJEŽI SIR, SALAMA, KRUH | 2.03.  SEKELI GULAŠ, PIRE KRUMPIR, KRUH | 3.03.  VARIVO GRAH, SUHO MESO, KRUH |
| 6.03.  PUDING | 7.03.  ĐUVEČ, SEZONSKA SALATA, KRUH | 8.03.  PEČENI KRUMPIRI, HRENOVKA, KEČAP, KRUH | 9.03..  KUHANA PILETINA, PIRE KRUMPIR, UMAK OD ŠPINATA, KRUH | 10.03.  RIBLJI KOLUTIĆI, KUHANO MIJEŠANO POVRĆE, KRUH |
| 13.03.  VOĆNI NAMAZ, MARGO, ČAJ | 14.03.  ŠPAGETE BOLONJEZ, SALATA, KRUH | 15.03.  VARIVO MAHUNE S PURETINOM, KRUH | 16.03.  SLATKO ZELJE S PIRE KRUMPIROM, KRUH | 17.03.  VARIVO GRAH-JEČMENA KAŠA S KOBASICOM, KRUH |
| 20.03.  GRIS | 21.03.  PILEĆI PAPRIKAŠ S NOKLICAMA, SEZONSKA SALATA, KRUH | 22.03.  POVRTNO VARIVO S GRAŠKOM I PURETINOM, KRUH | 23.03.  ĆUFTE, PIRE KRUMPIR, SALATA, KRUH | 24.03.  PANIRANI OSLIĆ S KRUMPIROM I BLITVOM, KRUH |
| 27.02.  KAKAO NAPITAK, MARGO ILI VOĆNI NAMAZ | 28.02.  RIŽOTO S PURETINOM, SALATA, KRUH | 29.03.  JUHA OD POVRĆA I PROSA, KRUH | 30.03.  PEČENA PILETINA, MLINCI, SALATA, KRUH | 31.03.  GRAH VARIVO S KISELIM ZELJEM, KRUH |

Škola zadržava pravo izmjene jelovnika