

JESENSKI JELOVNIK

ZA OSNOVNE ŠKOLE
GRADA ZAGREBA

Školska godina 2026./2027.



prehrambeno
biotehnološki
fakultet

Sveučilište
u Zagrebu

Popis svih obroka

– JESENSKI JELOVNICI 26./27. –

	MLIJEČNI OBROK/ DORUČAK	RUČAK	UŽINA
1	Kruh s margarinom i pekmezom od šljiva, mlijeko, orašasti plodovi (D2)	Varivo s junetinom, graškom i krumpirom, kruh sa sjemenkama, acidofil, voće (R1)	Kolač od jabuke i mrkve (U24)
2	Zobena kaša s bananom i čokoladom, voda (D13)	Pohana piletina, pire krumpir, špinat, kruh, voće (R8)	Acidofilno mlijeko, banana (U9)
3	Pecivo s namazom od svježeg sira, šunke i paprike, čaj, voće (D24)	Rižoto sa šampinjonima i piletinom, zelena salata s rikulom, voće (R21)	Frape od banane i rogača (U7)
4	Müsli s orašastim voćem, mlijeko, voće (D21)	Marinirani pureći zabatak, paprikaš s bulgurom, voće (R12)	Voćna salata kruška, jabuka, šljiva, badem (U11)
5	Palenta s medom i mlijekom, voće (D15)	Brudet od oslića s krumpirom, kukuruzno miješano pecivo, voće (R16)	Jabuka, kikiriki maslac (U1)
6	Kukuruzne i čokoladne žitne pahuljice s mlijekom i lješnjacima, voće (D20)	Pureći ragu s kvinojom i povrćem, voće (R22)	Kikiriki mousse (U17)
7	Topli pizza sendvič, kakao (D9)	Ajngemahtec s griz noklicama, kruh sa sjemenkama, mliječni sladoled (R3)	Kakao kocka s kruškom, mlijeko (U19)
8	Kruh raženi s maslacem, medom i mljevenim lješnjacima, mlijeko, voće (D1)	Krem juha od povrća, piletina i mlinci, cikla salata, voće (R13)	Jabuke i kruške iz kompota, integralni keksi (U2)
9	Griz od pira s mljevenim orasima i preljevom od borovnica, voda (D17)	Juneća juha, tjestenina u umaku od bundeve i rajčice, kuhana junetina, salata kupus ljubičasti (R11)	Pečene jabuke s cimetom s kremom od oraha (U6)
10	Sendvič s tunom, čaj, voće (D8)	Rižoto s kozicama, zelena salata, puding od vanilije (R14)	Griz kolač s jabukama i orasima (U20)
11	Kruh s maslacem od kikirikija, čaj, voće (D4)	Mahune varivo s teletinom, pecivo sa zrnjem, jogurt, voće (R2)	Puding od batata i čokolade (U15)
12	Čokoladne žitne pahuljice s grčkim jogurtom, voda (D19)	Mesne okruglice u umaku od rajčice, pire krumpir s cvjetačom, zelena salata, voće (R9)	Kruh pšenični, tvrdi sir, kruška (U12)
13	Sendvič sa šunkom i sirom, čaj, voće (D7)	Prežgana juha, krpice sa zeljem, voće (R24)	Muffin od rogača i suhih šljiva (U25)
14	Palenta sa sirom i vrhnjem, čaj, voće (D14)	Pečeni pileći bata/zabatak, Popaj tjestenina, rajčica salata, voće (R10)	Kesten pire (U8)

**Recepture pripreme obroka, s normativima iskazanima na količini jednog učenika te izdvojenim alergenima i energetske vrijednostima, za svaki pojedini obrok, odnosno namirnicu, dostavljeni su školama*

	MLIJEČNI OBROK/ DORUČAK	RUČAK	UŽINA
15	Pecivo, tvrdi sir, rajčica, jogurt s probiotikom (D5)	Krem juha od graška, riblji burger, voće (R15)	Grčki jogurt s keksom (U16)
16	Kruh sa sjemenkama, margarin i šunka u ovitku, acidofilno mlijeko, voće (D3)	Gusto varivo od poriluka i leće, kukuruzni kruh, čokoladni frape (R5)	Bučnica (U22)
17	Kruh s namazom od slanutka, jogurt (D22)	Paradajz juha s prosom, savijača od pileline i povrća, jogurt (R25)	Mousse od crvenog graha s voćnim namazom od šipka (U21)
18	Sendvič s jajima na kajganu i povrćem, čaj (D11)	Zapečena tjestenina s tunom, salata od mrkve, voće (R18)	Kuhani kukuruz s parmezanom (U4)
19	Griz s lanenim sjemenkama, višnjama i kakaom, voda (D12)	Zagorska juha s gljivama, pecivo sa zrnjem, jogurt, voće (R4)	Grčki jogurt sa šumskim voćem (U14)
20	Kruh, pašteta od sardina, čaj, voće (D23)	Krem juha od povrća, zapečene lignje s krumpirom i paprikom, kruh sa sjemenkama, voće (R17)	Jabuka, prženi lješnjaci i suhe marelice (U10)
21	Sendvič kikiriki maslac i marmelada od šipka, mlijeko (D10)	Tjestenina bolonjez, zelena salata s kukuruzom, voće (R20)	Kvinoja pločica sa sjemenkama i čokoladom (U3)
22	Kruh, sirni namaz s pečenom paprikom, čaj, voće (D25)	Grah s ječmom, raženi miješani kruh, voće (R7)	Prutići od palente, šunke i sira, probiotik (U5)
23	Riža na mlijeku s kakaom i šumskim voćem, voda (D16)	Musaka s patlidžanom, cikla salata, miješani raženi kruh, voće (R23)	Grčki jogurt s medom, borovnicama i orašastim plodovima (U13)
24	Domaći puding od vanilije na mlijeku, čokoladna granola, voće (D18)	Juneći gulaš s knedlama od kruha, kupus salata, voće (R6)	Kukuruzna zlevanka s pekmezom od šljiva (U23)
25	Kruh sa sjemenkama, maslac, kuhano jaje, kiseli krastavci i cherry rajčice, čaj, voće (D6)	File brancina u mediteranskoj panadi, krumpir s blitvom, kruh sa sjemenkama, voće (R19)	Puding od zobi sa šumskim voćem (U18)

**Recepture pripreme obroka, s normativima iskazanim na količini jednog učenika te izdvojenim alergenima i energetske vrijednostima, za svaki pojedini obrok, odnosno namirnicu, dostavljeni su školama*

TJEDNI JELOVNIK

Tjedan: navesti datume na koje se jelovnik odnosi

PONEDJELJAK

Alergeni

Kruh s margarinom i pekmezom od šljiva, mlijeko, orašasti plodovi (D2)	1, 7, 8
Varivo s junetinom, graškom i krumpirom, kruh sa sjemenkama, acidofil, voće (R1)	1, 7
Kolač od jabuke i mrkve (U24)	1, 3, 7

UTORAK

Zobena kaša s bananom i čokoladom, voda (D13)	1, 7
Pohana piletina, pire krumpir, špinat, kruh, voće (R8)	1, 3, 7
Acidofilno mlijeko, banana (U9)	7

SRIJEDA

Pecivo s namazom od svježeg sira, šunke i paprike, čaj, voće (D24)	1, 7
Rižoto sa šampinjonima i piletinom, zelena salata s rikulom, voće (R21)	1, 7
Frape od banane i rogača (U7)	7

ČETVRTAK

Müsli s orašastim voćem, mlijeko, voće (D21)	1, 7, 8
Marinirani pureći zabatak, paprikaš s bulgurom, voće (R12)	1
Voćna salata kruška, jabuka, šljiva, badem (U11)	8

PETAK

Palenta s medom i mlijekom, voće (D15)	7
Brudet od oslića s krumpirom, kukuruzno miješano pecivo, voće (R16)	1, 4
Jabuka, kikiriki maslac (U1)	5



1. žitarice koje sadrže gluten



2. rakovi i proizvodi od rakova



3. jaja i proizvodi od jaja



4. riba i riblji proizvodi



5. kikiriki i proizvodi od kikirikija



6. zrna soje i proizvodi od soje



7. mlijeko i mliječni proizvodi



8. orašasto voće



9. celer i njegovi proizvodi



10. gorušica i proizvodi od gorušice



11. sjeme sezama i proizvodi od smjena sezama



12. sumporni dioksidi i sulfiti



13. lupina i proizvodi od lupine



14. mekušci i proizvodi od mekušaca

