

PONEDJELJAK

Doručak: polubijeli kruh, mlijeko, namaz od sira i šunke

Ručak: teletina u povrću, kukuruzna krupica, salata od rajčica ili kupus salata, polubijeli kruh

Užina: voćni jogurt, zobeni ili integralni keksi

UTORAK

Doručak: integralni kruh, bijela kava, mliječni namaz

Ručak: varivo od leće i slanutka, pečeni pureći file, integralni kruh

Užina: sezonsko voće

SRIJEDA

Doručak: žitne pahuljice, jogurt s probiotikom

Ručak: juha od povrća s prosom, tjestenina s mljevenim mesom, salata od cikle, prirodni voćni sok, polubijeli kruh

Užina: sezonsko voće

ČETVRTAK

Doručak: integralni kruh, čaj od šipka, maslac, marmelada

Ručak: gulaš od junetine i povrća, integralni kruh, sezonsko voće

Užina: mramorni kolač

PETAK

Doručak: raženi kruh, jogurt s probiotikom, margo, sir

Ručak: riblja juha, lešo povrće, fileat srdele u tempuri, raženi kruh

Užina: sezonsko voće