**Tjedni jelovnik za prehranu učenika u OŠ „IVO LOLA RIBAR“ LABIN**

**- RUČAK -**

**3. TJEDAN**

**CIJENA RUČKA PO DANU = (2,50 EUR)**

|  |  |
| --- | --- |
| **DAN U TJEDNU** | **RUČAK** |
| Pileći file s prženim šampinjonimaSok od cikle - napitak koji cuva vaše zdravlje  **PONEDJELJAK** | PILEĆI FILE NA UMITNO I ĐUVEĐ,  CIKLA,  NAPITAK,  VOĆE |
| Sašina kuhinja | Vojnički grah recept | Sašina kuhinjaPuding – slano ili slatko? - Glovo Blog  **UTORAK** | GRAH S KOBASICOM,  KUHANI PUDING,  NAPITAK |
| Limunada – Greblica  **SRIJEDA** | BISTRA JUHA,  MESNE OKRUGLICE U UMAKU OD SALSE I PIRE, LIMUNADA,  KEKSI |
| Esej o fužima: na škulju ili stišnjeni, veliki ili mali, volimo hi  svakakove! | bookaleta.comZelena salata je rano proljećno povrće koje treba da uključite u ishranu  **ČETVRTAK** | FUŽI SA ŠUGOM,  ZELENA SALATA,  DUKATINO – VOĆNI |
| Primorska riblja juha (od oslića, bakalara ili škarpine)Kako se pravi Rižoto s lignjama - Recept - YouTubeDanas ne palimo pećnicu: Nataša Pralica nam donosi recept za kremasti  ljetni kolač • SlatkopedijaNeodoljiv sladoled Bubi vraća se u škrinje!  **PETAK** | RIBLJA JUHA ,  RIŽOT S LIGNJAMA,  KOLAČ/SLADOLED |