

**OŠ MARIA MARTINOLIĆA
OMLADINSKA 11
MALI LOŠINJ**

**ŠKOLSKA KUHINJA
JELOVNICI I NORMATIVI
za 2025. godinu**

SADRŽAJ

TJEDNI JELOVNICI.....	3
TJEDAN BR. 1.....	3
TJEDAN BR. 2.....	4
TJEDAN BR. 3.....	5
TJEDAN BR. 4.....	6
UČENIČKE MARENDE.....	7
OBROCI.....	7
NAPITCI.....	9
VRSTE KRUHA I PECIVA KOJE SE KORISTE ZA MARENDE.....	10
CJELODNEVNI BORAVAK.....	11
JUHE.....	11
PRILOZI.....	13
GLAVNA JELA.....	15
SALATE.....	19
KOLAČI, DESERTI I UŽINE.....	20
VOĆE.....	22
VRSTE KRUHA KOJE SE KORISTE U CJELODNEVNOM BORAVKU.....	23
ZAČINI.....	23

TJEDNI JELOVNICI

TJEDAN BR. 1.

PONEDJELJAK

MARENDA: kruh graham – tvrdi sir i kuhano jaje, voćni sok 0,2 l

RUČAK: maneštra od graha s ječmom, salata od rajčice, kruh graham

UŽINA: kolač od jogurta

UTORAK

MARENDA: dugo pecivo – hrenovka, ledeni čaj 0,2 l

RUČAK: tjestenina s mljevenim mesom, salata cikla,

UŽINA: voće

SRIJEDA

MARENDA: kruh kukuruzni – kakao namaz, mlijeko 0,2 l

RUČAK: juha od tikvica, pečeni pileći batak/zabatak, mlinci, salata zelena s rajčicom

UŽINA: slanac, jogurt

ČETVRTAK

MARENDA: kruh raženi – pureća šunka, voćni sok 0,2 l

RUČAK: pirjana junetina, palenta, salata od kupusa, kruh raženi

UŽINA: voće

PETAK

MARENDA: slanac, jogurt 0,2 l

RUČAK: juha od bundeve, panirani riblji odresci, blitva s krumpirom, kruh polubijeli

UŽINA: savijača od sira

TJEDAN BR. 2.

PONEDJELJAK

MARENDA: kruh kukuruzni – kakao namaz, mlijeko 0,2 l

RUČAK: krumpir gulaš, salata zelena s radičem, kruh kukuruzni

UŽINA: pita od jabuka

UTORAK

MARENDA: rolano pecivo – pureća šunka, tvrdi sir, voćni sok 0,2l

RUČAK: juha od junetine, rižoto s puretinom i povrćem,

UŽINA: bioaktiv, integralni cracker

SRIJEDA

MARENDA: kroasan (pekara), čokoladno mlijeko 0,2l

RUČAK: musaka s mljevenim mesom i porilukom, salata zelen s mrkvom,

UŽINA: voće

ČETVRTAK

MARENDA: mini burek sir, jogurt 0,2 l

RUČAK: juha od pilećeg sitniša, pohana puretina, pire krumpir, kruh raženi

UŽINA: voćni jogurt

PETAK

MARENDA: kruh raženi – pašteta od tune, voćni sok 0,2 l

RUČAK: tjestenina s tunjevinom, salata cikla

UŽINA: keksi petite, čaj

TJEDAN BR. 3.

PONEDJELJAK

MARENDA: slanac, jogurt 0,2l

RUČAK: maneštra od graha s tjesteninom, salata kupus, kruh raženi

UŽINA: kolač od mrkve i jabuke

UTORAK

MARENDA: dugo pecivo - hrenovka, ledeni čaj 0,2 l

RUČAK: juha od mrkve, pečena svinjetina, fino varivo, kruh polubijeli

UŽINA: acidofil, integralni cracker

SRIJEDA

MARENDA: kruh raženi – sirni namaz, voćni sok 0,2 l

RUČAK: pureći file u umaku s tjesteninom, salata od rajčice,

UŽINA: kroasan (pakirani)

ČETVRTAK

MARENDA: kruh graham – pureća šunka, voćni sok 0,2 l

RUČAK mesne okruglice u umaku od rajčice, pire krumpir, salata zelena, kruh graham

UŽINA: voće

PETAK

MARENDA: kruh kukuruzni – kakao namaz, mlijeko 0,2 l

RUČAK: : juha od rajčice, panirane srdela srdele/inčuni , lešo povrće s krumpirom, kruh kukuruzni

UŽINA: savijača od jabuke

TJEDAN BR. 4.

PONEDJELJAK

MARENDA: mini burek sir, jogurt 0,2 l

RUČAK: maneštra od graha s kukuruzom, salata cikla, kruh raženi

UŽINA: pita od sira

UTORAK

MARENDA: dugo pecivo – hrenovka, voćni sok 0,2 l

RUČAK: gulaš od junetine, njoki, salata zelena s kukuruzom,

UŽINA: Voće

SRIJEDA

MARENDA: kroasan (pakirani), čokoladno mlijeko 0,2 l

RUČAK: povrtna juha s tjesteninom, pečeni pileći batak/zabatak, rizi bizi, kruh polubijeli

UŽINA: puding od čokolade

ČETVRTAK

MARENDA: kruh raženi – pureća šunka, tvrdi sir, ledeni čaj 0,2l

RUČAK: lasanje s mesom, salata kupus,

UŽINA: integralni keksi, čaj

PETAK

MARENDA: kukuruzni kruh – kakao namaz, voćni sok

RUČAK: krem juha od graška, odresci od zobnih pahuljica, varivo od mahuna, kruh kukuruzni

UŽINA: voće

UČENIČKE MARENDE

OBROCI

Kajgana			
Jaje	2,000	kom.	
Kroasan (pakirani)			
Kroasan (pakirani)	1,000	kom.	
Kroasan (pekara)			
Kroasan (pekara)	1,000	kom.	
Kruh sa sirnim namazom			
Sirni namaz	0,030	kg.	
Kruh, čokoladni namaz			
Čokoladni namaz	0,030	kg.	
Kruh, marmelada,			
Marmelada	0,020	kg.	
Kruh sa paštetom od tune			
Tuna konzervirana	0,030	kg.	
Sirni namaz	0,015	kg.	
Kruh sa sirnim namazom			
Sirni namaz	0,020	kg.	
Pureća šunka	0,030	kg.	
Kruh, pureća šunka			
Pureća šunka	0,045	kg.	
Kruh, pureća šunka, tvrdi sir			
Pureća šunka	0,030	kg.	
Sir tvrdi	0,030	kg.	
Kruh, tvrdi sir i tvrdo kuhano jaje			
Tvrđi sir	0,045	kg.	
Jaje	1,000	kom.	
Mini burek sa sirom			
Mini burek sa sirom	1,000	kom.	

Pileća hrenovka u pecivu
Pileća hrenovka 0,060 kg.

Slanac
Slanac 1,000 kom.

NAPITCI

Čokoladno mlijeko 0,2 lit		
Čokoladno mlijeko 0,2 l	1,000	kom.
Jogurt		
Jogurt – bočica 0,2 l	1,000	kom
Ledeni čaj 0,2 l		
Ledeni čaj 0,2 lit.	1,000	kom.
Mlijeko 0,2 l		
Mlijeko 0,2 lit.	1,000	kom.
Sok 0,2l		
Voćni sok 0,2 lit. tetrapak	1,000	kom.

VRSTE KRUHA I PECIVA KOJE SE KORISTE ZA MARENDE

Kruh graham	0,090 kg.
Kruh kukuruzni	0,090 kg.
Kruh raženi	0,090 kg.
Kruh polubijeli	0,090 kg.
Pecivo - rolano	1,000 kom.
Pecivo – dugo (za hot dog)	1,000 kom.

CJELODNEVNI BORAVAK**JUHE**

Juha od bundeve (10001)

Krumpir	0,050	kg.
Češnjak	0,0005	kg.
Luk crveni	0,020	kg.
Maslac	0,005	kg.
Tikva butter nut	0,100	kg.
Vrhnje kiselo	0,010	kg.

Juha od graška – krem (10002)

Grašak	0,080	kg.
Krumpir	0,040	kg.
Luk crveni	0,010	kg.
Mrkva	0,015	kg.
Vrhnje za kuhanje	0,010	kg.

Juha od junetine (10003)

Junetina s kostima	0,050	kg.
Mrkva	0,020	kg.
Celer korijen	0,010	kg.
Luk crveni	0,010	kg.
Tjestenina za juhu	0,008	kg.
Peršin list	0,005	kg.

Juha od mrkve (10004)

Mrkva	0,060	kg.
Luk crveni	0,010	kg.
Krumpir	0,040	kg.
Ulje mediteran	0,003	lit.
Vrhnje kiselo	0,010	kg.

Juha od pilećeg sitniša s tjesteninom (10005)

Piletina sitniš	0,060	kg.
Mrkva	0,020	kg.
Celer korijen	0,010	kg.
Luk crveni	0,010	kg.
Tjestenina za juhu	0,008	kg.
Peršin list	0,005	kg.

Juha od rajčice (10006)

Rajčica koncentrat	0,015	kg.
Brašno glatko	0,008	kg.

Riža integralna	0,010	kg.
Ulje mediteran	0,005	lit.
Šećer smeđi	0,001	kg.
Juha od tikvica (10007)		
Češnjak	0,0005	kg.
Luk crveni	0,020	kg.
Krumpir	0,050	kg.
Tikvice zelene	0,100	kg.
Ulje maslinovo	0,005	lit.
Povrtna juha s tjesteninom(10008)		
Krumpir	0,050	kg.
Luk crveni	0,030	kg.
Grašak DS	0,045	kg.
Ulje mediteran	0,005	lit.
Tjestenina za juhu	0,008	kg.
Mrkva	0,010	kg.

PRILOZI

Blitva s krumpirom (lešo) (10101)		
Blitva DS	0,100	kg.
Krumpir	0,150	kg.
Ulje maslinovo	0,005	lit.
Češnjak	0,003	kg.
Krumpir pire (10102)		
Krumpir	0,250	kg.
Mlijeko	0,030	lit.
Maslac	0,008	kg.
Lešo povrće s krumpirom (10103)		
Krumpir	0,140	kg.
Mrkva	0,040	kg.
Brokula DS	0,040	kg.
Ulje maslinovo	0,005	lit.
Mlinci (10104)		
Mlinci	0,060	kg.
Maslac	0,002	kg.
Njoki (10105)		
Njoki DS	0,130	kg.
Maslac	0,005	kg.
Palenta (10106)		
Palenta	0,060	kg.
Maslac	0,003	kg.
Rizi bizi (10107)		
Riža integralna	0,060	kg.
Grašak DS	0,030	kg.
Luk crveni	0,010	kg.
Ulje mediteran	0,003	lit.
Varivo fino (10108)		
Mrkva	0,060	kg.
Grašak DS	0,060	kg.
Krumpir	0,100	kg.
Luk crveni	0,010	kg.
Ulje mediteran	0,005	lit.
Riža integralna	0,015	kg.
Varivo od mahuna (10109)		
Mahune DS	0,150	kg.

Mrkva	0,080	kg.
Krumpir	0,080	kg.
Luk crveni	0,010	kg.
Češnjak	0,002	kg.
Vrhnje kiselo	0,015	kg.
Ulje mediteran	0,005	lit.

GLAVNA JELA

Gulaš (10201)

Junetina - plećka	0,100	kg.
Luk crveni	0,035	kg.
Mrkva	0,015	kg.
Ulje mediteran	0,007	lit.
Rajčica koncentrat	0,003	kg.
Češnjak	0,003	kg.
Celer korijen	0,010	kg.

Krumpir gulaš (10202)

Junetina - plećka	0,100	kg.
Luk crveni	0,060	kg.
Mrkva	0,040	kg.
Rajčica koncentrat	0,005	kg.
Ulje mediteran	0,007	lit.
Krumpir	0,150	kg.
Celer korijen	0,010	kg.

Lazanje s mesom (10203)

Celer korijen	0,010	kg.
Luk crveni	0,040	kg.
Mrkva	0,015	kg.
Sir gouda punomasni	0,045	kg.
Junetina - mljevena	0,080	kg.
Tjestenina (lajanje)	0,060	kg.
Vrhnje za kuhanje	0,025	kg.
Rajčica koncentrat	0,002	kg.

Maneštra od graha s ječmom (10204)

Ječam suhi	0,040	kg.
Grah suhi	0,060	kg.
Suha slanina	0,015	kg.
Vratina - dimljena	0,035	kg.
Mrkva	0,030	kg.
Celer korijen	0,005	kg.
Luk crveni	0,020	kg.
Češnjak	0,001	kg.
Crvena paprika mljevena	0,001	kg.
Ulje mediteran	0,010	lit.

Maneštra od graha s kukuruzom (10205)

Grah suhi	0,050	kg.
Kukuruz u zrnju - konzerva	0,020	kg.
Krumpir	0,060	kg.
Vratina - dimljena	0,025	kg.

Suha slanina	0,025	kg.
Češnjak	0,002	kg.
Luk crveni	0,020	kg.
Celer korijen	0,002	kg.
Ulje mediteran	0,010	lit.
Mrkva	0,015	kg.
Crvena paprika mljevena	0,001	kg.
Maneštra od graha s tjesteninom (pašta fažol) (10206)		
Grah suhi	0,070	kg.
Luk crveni	0,020	kg.
Suha slanina	0,020	kg.
Vratina - dimljena	0,035	kg.
Tjestenina - tubetti	0,020	kg.
Češnjak	0,004	kg.
Ulje mediteran	0,005	lit.
Mrkva	0,015	kg.
Crvena paprika mljevena	0,001	kg.
Mesne okruglice u umaku od rajčice (10207)		
Junetina - mljevena	0,080	kg.
Jaje	0,333	kom.
Riža integralna	0,010	kg.
Češnjak	0,001	kg.
Luk crveni	0,010	kg.
Crvena paprika mljevena	0,002	kg.
Peršin list	0,001	kg.
Brašno glatko	0,010	kg.
Rajčica koncentrat	0,015	kg.
Ulje suncokretovo	0,005	lit.
Musaka s mljevenim mesom i porilukom (10208)		
Junetina - mljevena	0,080	kg.
Jaje	0,500	kom.
Krumpir	0,160	kg.
Mlijeko	0,050	lit.
Crvena paprika mljevena	0,002	kg.
Poriluk	0,060	kg.
Ulje suncokretovo	0,005	lit.
Vrhnje za kuhanje	0,030	kg.
Odresci od zobenih pahuljica (10209)		
Zobene pahuljice	0,040	kg.
Sit tvrdi (gauda)	0,040	kg.
Jaje	0,333	kom.
Mlijeko	0,040	lit.
Ulje suncokretovo	0,030	lit.
Krušne mrvice	0,020	kg.

Panirane srdele/inćuni (10210)		
Panirane srdele/inćuni DS	0,100	kg.
Ulje suncokretovo	0,040	lit.
Panirani riblji odresci (10211)		
Oslič file panirani DS	0,100	kg.
Ulje suncokretovo	0,035	lit.
Pečena svinjetina (10212)		
Svinjski but	0,100	kg.
Ulje mediteran	0,005	lit.
Pečeni pileći batak/zabatak (10213)		
Pileći batak/zabatak	0,200	kg.
Ulje mediteran	0,010	lit.
Pirjana junetina (10214)		
Junetina - plećka	0,100	kg.
Luk crveni	0,025	kg.
Mrkva	0,020	kg.
Rajčica koncentrat	0,004	kg.
Ulje mediteran	0,007	lit.
Celer korijen	0,010	kg.
Pohana puretina (10215)		
Pureći file	0,100	kg.
Brašno oštro	0,010	kg.
Mlijeko	0,010	lit.
Jaje	0,333	kom.
Ulje suncokretovo	0,030	lit.
Pureći file u umaku s tjesteninom (10216)		
Pureći file	0,100	kg.
Tjestenina peneti integralni	0,060	kg.
Luk crveni	0,025	kg.
Češnjak	0,003	kg.
Mrkva	0,010	kg.
Vrhnje kiselo	0,015	kg.
Ulje mediteran	0,016	lit.
Crvena paprika mljevena	0,002	kg.
Rižoto sa puretinom i povrćem (10217)		
Celer korijen	0,005	kg.
Grah - konzerva	0,020	kg.
Kukuruz u zrnu - konzerva	0,015	kg.
Luk crveni	0,015	kg.
Mrkva	0,020	kg.
Rajčica koncentrat	0,003	kg.
Paprika zelena	0,010	kg.
Pureći file	0,060	kg.

Riža integralna	0,060	kg.
Tikvice zelene	0,030	kg.
Ulje mediteran	0,010	lit.
Tjestenina (pašta) s mljevenim mesom (10218)		
Junetina - mljevena	0,070	kg.
Tjestenina peneti integralni	0,060	kg.
Luk crveni	0,035	kg.
Mrkva	0,015	kg.
Ulje mediteran	0,005	lit.
Rajčica koncentrat	0,020	kg.
Celer korijen	0,020	kg.
Brašno glatko	0,005	kg.
Tjestenina s tunom (10219)		
Rajčica koncentrat	0,004	kg.
Tuna konzervirana	0,060	kg.
Tjestenina peneti integralni	0,060	kg.
Mrkva	0,020	kg.
Luk crveni	0,030	kg.
Ulje maslinovo	0,008	lit.
Češnjak	0,005	kg.

SALATE

Salata od cikle (10301)		
Cikla konzervirana	0,100	kg.
Salata od kupusa (10302)		
Kupus svježi	0,100	kg.
Salata od rajčice (10303)		
Rajčica svježa	0,150	kg.
Salata zelena (10304)		
Salata zelena	0,075	kg.
Salata zelena i kukuruz (10305)		
Salata zelena	0,075	kg.
Kukuruz u zrnju - konzerva	0,020	kg.
Salata zelena i mrkva (10306)		
Salata zelena	0,060	kg.
Mrkva	0,040	kg.
Salata zelena s radićem (10307)		
Salata zelena	0,050	kg.
Radić	0,025	kg.
Salata zelena s rajčicom (10308)		
Salata zelena	0,070	kg.
Rajčica svježa	0,030	kg.
NORMATIV – začinjavanje salata (sve osim cikle)		
Ulje mediteran	0,003	lit.
Ulje maslinovo	0,002	lit.
Ocat jabučni	0,003	lit.

KOLAČI, DESERTI I UŽINE

Acidofil (10401)			
Acidofil-čašica	1,000	kom.	
Bio aktiv (10402)			
Bio aktiv-čašica	1,000	kom.	
Cracker integralni (10403)			
Cracker integralni – (500.g sadrži 16 paketa težine 0,031 kg.)	0,031	kg.	
Čaj (10404)			
Čaj vrećica	1,000	kom.	
Šećer smeđi	0,005	kg.	
Limun	0,004	kg.	
Keksi – Petit Beurre integralni (10405)			
Keksi Petit Beurre integralni	0,060	kg.	
Keksi integralni (10406)			
Keksi integralni – grancereale	0,060	kg.	
Kolač od jogurta (10407)			
Brašno glatko	0,015	kg.	
Brašno oštro	0,015	kg.	
Jogurt	0,015	kg.	
Jaje	0,500	kom.	
Šećer smeđi	0,015	kg.	
Ulje mediteran	0,007	lit.	
Prašak za pecivo	0,005	kg.	
Vanilin šećer	0,005	kg.	
Kolač od mrkve i jabuke (10408)			
Brašno glatko	0,020	kg.	
Brašno oštro	0,010	kg.	
Jaje	0,500	kom.	
Šećer smeđi	0,010	kg.	
Jabuka	0,015	kg.	
Mrkva	0,015	kg.	
Čokolada za kuhanje	0,005	kg.	
Maslac	0,005	kg.	
Prašak za pecivo	0,005	kg.	
Vanilin šećer	0,005	kg.	
Kroasan pakirani (10409)			
Kroasan (pakirani)	1,000	kom.	

Jogurt (10410)		
Jogurt 0,2 lit.	1,000	kom.
Pita od jabuka (10411)		
Pita od jabuka 90 g.	1,000	kom.
Pita od sira (10412)		
Pita od sira 90 g.	1,000	kom.
Puding (10413)		
Puding 125 g. čašica	1,000	kom.
Savijača od jabuka (10414)		
Savijača od jabuka 90 g.	0,500	kom.
Savijača od sira (10415)		
Savijača od sira 90 g.	0,500	kom.
Slanac (10416)		
Slanac 70 g.	1,000	kom.
Voćni jogurt (10417)		
Voćni jogurt - bočica	1,000	kom.

VOĆE

Banana (10501)		
Banana	0,250	kg.
Breskva (10502)		
Breskva	0,200	kg.
Jabuka (10503)		
Jabuka	0,200	kg.
Kruška (10504)		
Kruška	0,200	kg.
Mandarina (10505)		
Mandarina	0,200	kg.
Naranča (10506)		
Naranča	0,200	kg.
Nektarina (10507)		
Nektarina	0,200	kg.

VRSTE KRUHA KOJE SE KORISTE U CJELODNEVNOM BORAVKU

Kruh graham (10601)	0,040 kg.
Kruh kukuruzni (10602)	0,040 kg.
Kruh raženi (10603)	0,040 kg.
Kruh polubijeli (10604)	0,040 kg.

ZAČINI

U pripremi obroka po potrebi mogu se koristiti sljedeći začini:

- Sol
- Vegeta
- Crvena paprika
- Šećer
- Šećer u prahu

Ovi jelovnici i normativi donose se danom 08.10.2024., a primjenjuju se od 07.01.2025. Danom početka primjene ovih jelovnika i normativa prestaju vrijediti normativi doneseni 22.12.2023. g.

Ravnateljica:

Olivela Franko mag. prim. educ.

KLASA: 602-13/24-01/5
URBROJ: 2213-4-01/03-03-24-1
Mali Lošinj 08.10.2024.