



## UČENIČKA MARENDA

### **Ponedjeljak**

Različite vrste kruha: (pšenični polubijeli, graham, kukuruzni miješani)

Namazi: mliječni ili sirni namaz, maslac, džem razni, med

Napitak: čaj

Svježe voće, suho voće, orašasti proizvodi

### **Utorak**

Griz s kakaom ili riža na mlijeku

Biskvitni kolač (mrkva ili buča)/ ili štrudla / ili pita od prhkog tijesta/ ili muffin / ili krafna

Napitak: kakao, mlijeko

Svježe voće, suho voće, orašasti proizvodi

### **Srijeda**

Sendvič šunka – sir / ili

Pecivo: bijelo, polubijelo, sa sjemenkama

Naresci: sir polutvrdi (tilzit, varaždinec, gauda), mesni narezak (šunka pureća, buđola, šunka posebna)

Prilozi: aurora umak, svježe povrće (rajčice, salata), kiselo povrće (krastavci kiseli)

Napitak: cedevita, jogurt

Svježe voće, suho voće, orašasti proizvodi

### **Četvrtak**

Palenta s jogurtom ili mlijekom (toplo/hladno) /pečena panceta

Cornflakes s mlijekom (toplo/hladno) ili jogurtom

Muesli (mješavina tri vrste žitarica s dodatkom voća ili čokolade) s mlijekom (toplo/hladno) ili jogurtom

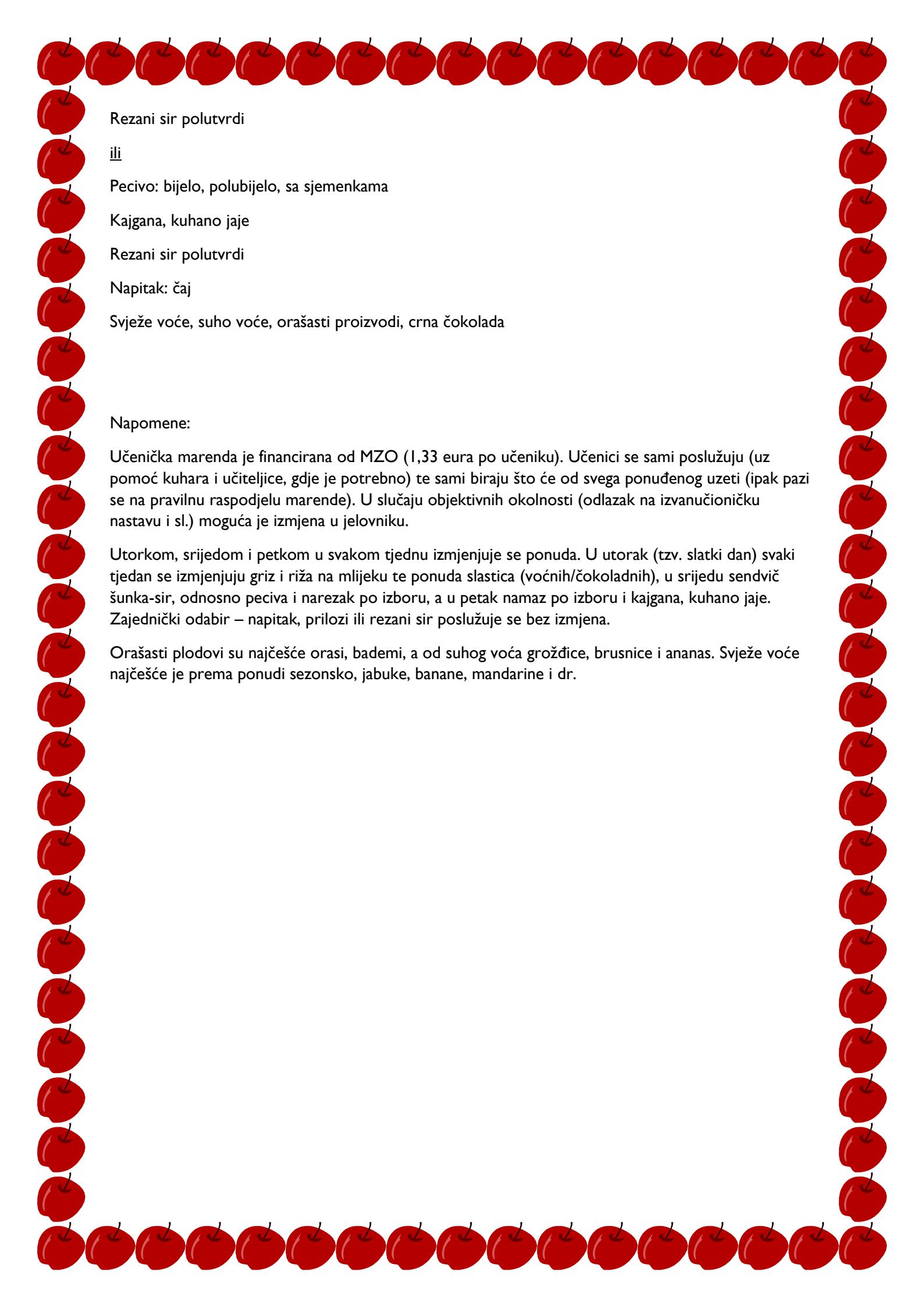
Žitna pločica

Svježe voće, suho voće, orašasti proizvodi

### **Petak**

Različite vrste kruha: (pšenični polubijeli, graham, kukuruzni miješani)

Namazi po izboru: namaz od tune ili namaz od svježeg sira



Rezani sir polutvrđi

ili

Pecivo: bijelo, polubijelo, sa sjemenkama

Kajgana, kuhano jaje

Rezani sir polutvrđi

Napitak: čaj

Svježe voće, suho voće, orašasti proizvodi, crna čokolada

Napomene:

Učenička marena je financirana od MZO (1,33 eura po učeniku). Učenici se sami poslužuju (uz pomoć kuhara i učiteljice, gdje je potrebno) te sami biraju što će od svega ponuđenog uzeti (ipak pazi se na pravilnu raspodjelu marenđe). U slučaju objektivnih okolnosti (odlazak na izvanučioničku nastavu i sl.) moguća je izmjena u jelovniku.

Utorkom, srijedom i petkom u svakom tjednu izmjenjuje se ponuda. U utorak (tzv. slatki dan) svaki tjedan se izmjenjuju griz i riža na mlijeku te ponuda slastica (voćnih/čokoladnih), u srijedu sendvič šunka-sir, odnosno peciva i narezak po izboru, a u petak namaz po izboru i kajgana, kuhano jaje. Zajednički odabir – napitak, prilozi ili rezani sir poslužuje se bez izmjena.

Orašasti plodovi su najčešće orasi, bademi, a od suhog voća groždice, brusnice i ananas. Svježe voće najčešće je prema ponudi sezonsko, jabuke, banane, mandarine i dr.