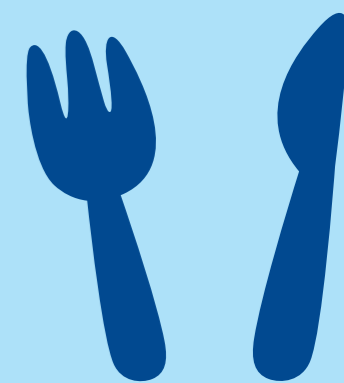




Ponedjeljak

08.04.2019.



25 DANA
MM IZAZOV

1320 kcal

Doručak

kcal
300

60 g HiPP hrskavih ili voćnih mueslia
160 ml obranog mlijeka

Priprema:

Oko 10 žlica mueslija prelići sa zagrijanim mlijekom.

Međubrok

kcal
184

300 ml 'z bregov Protein mliječnog napitka



[više na protein.hr](http://više.na.protein.hr)

Ručak

kcal
500

Vinogradski grah

Sastojci za 4 osobe	Sastojci za 1 osobu
800 g graha	200 g graha
120 g slanine	30 g slanine
2 velika crvena luka	½ velikog crvenog luka
2 režnja češnjaka	½ režnja češnjaka
4 mala lovorova lista	1 mali lovorov list
200 ml bijelog vina	50 ml bijelog vina
2 žlice grožđica	½ žlice grožđica
2 žlice ulja	½ žlice ulja

Priprema:

Luk i slaninu narežite na sitne kockice i popržite na malo ulja. Zalijte sve vinom pa u to stavite kuhani grah s malo vode od kuhanja. Dodajte lovorov list, usitnjeni češnjak i sitno nasjeckane grožđice. Kuhajte dok se ne zgusne pa začinite po ukusu.

Međubrok

kcal
94

HiPPiS SPORT - Kruška banana i grožđe sa zobi ili jedna srednja do veća jabuka



[više na hipp.hr](http://više.na.hipp.hr)

Večera

kcal
245

Šampinjoni s jajima

Sastojci za 4 osobe	Sastojci za 1 osobu
600 g šampinjona	150 g šampinjona
4 jaja + 4 bjelanjka	1 jaje + 1 bjelanjak
20 HiPP dječjih krekeri od riže	5 HiPP dječjih krekeri od riže
4 žličice ulja	1 žličica ulja
10-ak kiselih krastavčića	par kiselih krastavčića

Priprema:

Šampinjone očistiti i nasjeckati na listiće. Na zagrijano ulje staviti nasjeckane šampinjone, malo posoliti (prstohvat) i cijelo vrijeme miješati dok gljive ne puste vodu. Pustiti da voda ispari te dodati razmućeno jaje i bjelanjak u koje smo dodali papra i origana. Miješati dok se jaje ne stisne. Uz to servirati kekere i krastavce.

Namirnice za ponedjeljak:

HiPP hrskavi ili voćni muesli, obrano mlijeko, 'z bregov Protein mliječni napitak, grah, slanina, lovorov list, bijelo vino, grožđice, HiPPiS SPORT-Kruška banana i grožđe sa zobi, šampinjoni, jaja, HiPP Dječji kreker od riže, kiseli krastavci

Napitci:

voda, mineralna voda (umjereno), čajevi, kava bez šećera (umjereno), HiPP sok s izvorskom vodom