|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22. lipnja, Sisak, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 16.1. – 20.1.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | KROASAN , NARANČA KOMAD , MLIJEKO  | 50.8 | 12.4 | 14.9 | 382 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(S), Riba(T), Orašidi(T), Laktoza(S) |
| **II.****ODMOR** | PALENTA SA PILEĆIM SAFTOM , ZELENA SALATA S MRKVOM , JABUKA KOMAD  | 54.2 | 11.3 | 14.8 | 396 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA KRASTAVCI KISELI, MANDARINA KOMAD  | 46.8 | 15.3 | 14.0 | 377 | Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(S) |
| **II.****ODMOR** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , JABUKA KOMAD  | 59.5 | 11.6 | 8.1 | 361 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |
| **SRIJEDA** | **I.****ODMOR** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , BANANA KOMAD  | 59.2 | 14.4 | 9.7 | 373 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, MANDARINE DVIJE  | 48.1 | 13.7 | 14.6 | 381 | Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NOKLICAMA, KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , MANDARINA KOMAD  | 57.9 | 16.1 | 10.5 | 389 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **II.****ODMOR** | ZVRK SA SIROM , MLIJEKO , MALA JABUKA KOMAD  | 44.6 | 14.3 | 16.3 | 380 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | NAMAZ OD TUNE NA KRUHU , KAKAO S MEDOM , MANDARINA KOMAD  | 44.9 | 16.0 | 12.8 | 360 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Riba(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | RIŽOTO PLODOVI MORA I KORJENASTVO POVRĆE , MANDARINA KOMAD , ZELENA SALATA  | 52.8 | 14.5 | 14.6 | 400 | Gluten(T), Rakovi(S), Mekušci(S), Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Jaja(S), Mlijeko(S) |