|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 22.5. – 26.5.2023.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | PURETINA S KUS KUSOM, GRAŠKOM I SLANUTKOM , KREM JUHA OD CVJETAČE I BROKULE , CIKLA , ČAJNI KOLUTIĆI  | 76.9 | 26.3 | 25.4 | 645 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Gluten(S), Soja(T), Orašidi(T).GORUŠ |
| **UŽINA** | ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (šipak), GRAHAM PECIVO S MASLACEM  | 36.1 | 5.5 | 5.1 | 200 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | ŠKOLSKI KRUH , VARIVO OD BUNDEVE, GRAŠKA I TJESTENINE , BISKVITNI KOLAČ S ORAŠASTIM PLODOVIMA | 78.4 | 23.2 | 26.8 | 654 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T), Jaja(S), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Mlijeko(S) |
| **UŽINA** | SENDVIČ S JAJEM I RAJČICOM  | 25.7 | 9.2 | 8.3 | 217 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | PILEĆI PAPRIKAŠ S PIREOM OD PROSA, MRKVE I BATATA , MRAMORNI KOLAČ , SALATA KRASTAVCI KISELI | 75.1 | 21.4 | 24.9 | 611 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Jaja(S), Goruščica(S) |
| **UŽINA** | ČOKOLINO | 26.4 | 9.3 | 6.7 | 206 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Orašidi(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | PANIRANI PILEĆI ODREZAK S RIZI BIZIJEM , JUHA OD RAJČICE , SALATA KUPUS I RAJČICA  | 74.5 | 30.2 | 21.4 | 615 | Jaja(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(S) |
| **UŽINA** | KRUH S MLIJEČNIM NAMAZOM | 25.3 | 5.1 | 5.2 | 171 | Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | BISTRA RIBLJA JUHA S TARANOM , TJESTENINA S TUNOM NA BIJELO , ZELENA SALATA S RAJČICOM , MLIJEČNI SLADOLED  | 76.5 | 28.2 | 23.7 | 636 | Gluten(S), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Jaja(S), Mlijeko(S), Laktoza(T), Riba(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | SMOOTHIE MALINA BANANA  | 24.9 | 8.3 | 7.2 | 196 | Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |