|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 24.-28.10.2022.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAŠKA S NJOKIMA , SAVIJAČA S VIŠNJAMA , ŠKOLSKI KRUH ŠNITA I POL | 109.0 | 15.9 | 17.5 | 663 | Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S) |
| **UŽINA** | PALAČINKA S MEDOM I ORAHOM  | 25.1 | 6.9 | 8.6 | 204 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | BISTRA JUHA OD JUNETINE SA KORIJENASTIM POVRĆEM, PERKELT PILETINA S TJESTENINOM , BISKVIT OD ROGAČA I LIMUNA , ZELENA SALATA  | 79.0 | 19.8 | 25.7 | 629 | Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T) |
| **UŽINA** | JOGURT ČAŠICA , BANANA KOMAD  | 36.9 | 6.9 | 4.1 | 200 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAHA S JEČMOM I DIMLJENOM SLANINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, KISELI KRASTAVCI , MANDARINA | 89.5 | 17.8 | 25.9 | 663 | Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T)Gorušica , Sezam(S), Lupina(T), Soja(S) |
| **UŽINA** | KUKURUZNI KIFLIĆ , JOGURT ČAŠICA  | 21.9 | 8.9 | 8.7 | 196 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | SARMA OTVORENA I PIRE KRUMPIR , POLUBIJELI KRUH 1 ŠNITA , ČAJNI KOLUTIĆI  | 98.9 | 20.3 | 25.1 | 702 | Sumporni dioksid(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Gluten(S), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I MARMELADOM  | 28.6 | 5.2 | 5.0 | 183 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | JUHA OD RAJČICE S RIŽOM, PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI S KUS KUSOM I POVRĆEM ,CIKLA SALATA, BISKVITNI KOLAČ S MALINAMA | 86.9 | 29.8 | 22.5 | 676 | Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Gluten(T), Soja(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Celer(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **UŽINA** | GUŽVARA S JOGURTOM  | 23.2 | 6.5 | 8.1 | 191 | Jaja(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Gluten(T) |