|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22. LIPNJA, SISAK, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 28.11 – 2.12.2022.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | PILEĆI PAPRIKAŠ S NJOKIMA , ŠLJIVE SERVIRANJE  | 48.2 | 12.8 | 13.8 | 363 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T) |
| **POPODNE** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , JABUKA KOMAD  | 59.5 | 11.6 | 8.1 | 361 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | SIRNI NAMAZ S MASLINAMA NA KRUHU , KEFIR , BRESKVA KOMAD  | 49.2 | 14.0 | 13.3 | 373 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Goruščica(S) |
| **POPODNE** | SARMA OTVORENA I PIRE KRUMPIR , MANDARINA KOMAD  | 52.4 | 12.9 | 14.9 | 392 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Sumporni dioksid(S) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | JUNEĆI UJUŠAK S TJESTENINOM , JABUKA KOMAD  | 48.2 | 14.8 | 12.4 | 366 | Gluten(S), Jaja(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | 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) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | 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) |
| **POPODNE** | VARIVO SA SVINJETINOM I HELJDOM , POLUBIJELI KRUH 1 ŠNITA , MALA JABUKA KOMAD  | 48.7 | 13.3 | 12.4 | 360 | Gluten(T), Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | RIŽOTO S LIGNJAMA , RAJČICA SALATA , MANDARINA KOMAD  | 51.5 | 12.9 | 11.3 | 361 | Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KAKAO S MEDOM , JABUKA KOMAD  | 60.0 | 10.4 | 12.3 | 392 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |