|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 8.01. – 12.1.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | BISTRA GOVEĐA JUHA , TJESTENINA U UMAKU OD ŠPINATA I PILETINE , JAGODE , ŠKOLSKI KRUH  | 86.7 | 28.6 | 18.5 | 630 | Gluten(S), Celer(S), Soja(T), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S) |
| **UŽINA** | KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I ŠUNKOM  | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH , BANANA , SALATA OD CIKLE I MRKVE  | 97.3 | 22.2 | 19.8 | 650 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Celer(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S) |
| **UŽINA** | BISKVITNI KOLAČ S NARANČOM I KAKAOM  | 25.9 | 4.6 | 7.6 | 196 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(T), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | MLIJEČNI SLADOLED, CIKLA SALATA , KRUH RAŽENI, VARIVO OD KELJA  | 102.2 | 20.5 | 17.9 | 646 | Gluten(T), Jaja(T), Kikiriki(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Goruščica(T), Soja(T), Celer(T) |
| **UŽINA** | PUDING OD ČOKOLADE  | 19.4 | 6.9 | 6.7 | 166 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | KREM JUHA OD BATATA I BUTTERNUT TIKVICE , MIJEŠANA SALATA , PEČENA SVINJETINA S RESTANIM KRUMPIROM , BANANA  | 89.6 | 26.4 | 24.8 | 668 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **UŽINA** | KRUH S MASLACEM I DŽEMOM (MIJEŠANO VOĆE)  | 28.4 | 4.5 | 6.5 | 192 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sumporni dioksid(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | RAGU JUHA JUNEĆA , RIŽOTO S KOZICAMA NA BIJELO , ZELENA SALATA , BANANA  | 79.6 | 25.3 | 21.9 | 613 | Celer(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Jaja(S), Laktoza(T), Rakovi(S) |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , JOGURT  | 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) |