|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 16.09.2024. – 20.09.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | KUHANO JAJE S KRUHOM I ŠUNKOM , JABUKA KOMAD , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica) | 46.5 | 14.7 | 11.8 | 347 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA KRASTAVCI KISELI , MANDARINE DVIJE  | 57.6 | 17.6 | 15.3 | 441 | Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(S) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NOKLICAMA , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , MANDARINE DVIJE  | 65.2 | 18.8 | 12.7 | 447 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **II.****ODMOR** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , BANANA KOMAD , JOGURT ČAŠICA  | 65.4 | 19.5 | 13.3 | 445 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **I.****ODMOR** | KUKURUZNE PAHULJICE S JOGURTOM I SUHIM MARELICAMA , KRUŠKA KOMAD  | 65.6 | 14.8 | 11.9 | 427 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(S), Gluten(T) |
| **II.****ODMOR** | MANDARINA KOMAD , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , FINO VARIVO OD PURETINE I POVRĆA  | 57.0 | 19.3 | 15.2 | 438 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | PILETINA U UMAKU OD GRAŠKA I MRKVE, PIRE KRUMPIR , KUPUS SALATA , KRUŠKA KOMAD  | 54.1 | 16.9 | 16.7 | 426 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | KROASAN , NARANČA KOMAD , MLIJEKO  | 58.4 | 13.5 | 15.7 | 425 | 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), Gluten(S) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | KRUH S NAMAZOM OD GRAHA, SLANUTKA I TUNE , KEFIR , MALA JABUKA KOMAD  | 56.4 | 18.6 | 15.8 | 446 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Riba(S), Gluten(T), Celer(T) |
| **II.****ODMOR** | RIŽOTO S LIGNJAMA , RAJČICA SALATA , MANDARINE DVIJE  | 63.0 | 15.6 | 13.3 | 435 | Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Celer(T), Gluten(T) |