|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 02.-6.12.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAHA S JEČMOM I DIMLJENOM SLANINOM , KOMPOT OD ANANASA, ŠKOLSKI KRUH  | 90.4 | 18.6 | 22.5 | 637 | Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Goruščica(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S) |
| **UŽINA** | KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I ŠUNKOM  | 26.0 | 8.2 | 5.3 | 187 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(S) |
| **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** | SENDVIČ S JAJEM I KISELIM KRASTAVCIMA  | 25.6 | 9.2 | 8.4 | 217 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Goruščica(S), Jaja(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | TJESTENINA S RAJČICOM , KUPUS SALATA , MRAMORNI KOLAČ , KREM JUHA OD BROKULE | 89.7 | 19.6 | 25.6 | 677 | Gluten(S), Soja(T), Celer(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T) |
| **UŽINA** | KRUH, POLUBIJELI ŠUNKA I SIR  | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | SALATA SVJEŽI KRASTAVCI S VRHNJEM , RIŽOTO S PURETINOM , BISKVITNI KOLAČ SA ORAHOM | 92.9 | 18.9 | 21.0 | 637 | Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S) |
| **UŽINA** | MLIJEKO , PETIT BEURE S MARMELADOM OD ŠIPKA  | 22.1 | 7.5 | 7.5 | 186 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Sezam(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PEČENI FILE SMUĐA S LIMUNOM, KUHANI KRUMPIR I BLITVA , SALATA KUPUS I RAJČICA , ČAJNI KOLUTIĆI  | 82.0 | 27.3 | 21.4 | 616 | Celer(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | SAVIJAČA OD SIRA  | 21.6 | 6.0 | 7.5 | 178 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Celer(T) |