|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 20.01.- 24.1.2025.** |
| **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** | GRAHAM PECIVO S MLIJEČNIM NAMAZOM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica) | 36.7 | 5.9 | 3.3 | 187 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | TJESTENINA S MLJEVENIM JUNEĆIM MESOM , BISTRA GOVEĐA JUHA , ČAJNI KOLUTIĆI , KISELI KRASTAVCI  | 71.9 | 22.8 | 25.2 | 610 | Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Soja(T), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | POLUBIJELI KRUH, ŠUNKA I SIR  | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Celer(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | PEČENA SVINJETINA S PIRE KRUMPIROM I UMAKOM OD RAJČICE , KUPUS SALATA  | 75.9 | 27.7 | 25.2 | 627 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | FRAPE OD BANANA I ŠUMSKOG VOĆA  | 26.7 | 6.6 | 8.3 | 197 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **ČETVRTAK** | **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** | 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) |
| **PETAK** | **RUČAK** | JUHA OD RAJČICE , PEČENI SMUĐ I RIZI BIZI , ZELENA SALATA , BISKVIT OD MRKVE I PEKMEZA  | 81.0 | 27.7 | 20.3 | 623 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Sumporni dioksid(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S) |
| **UŽINA** | ŠKOLSKA PIZZA, ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) | 21.1 | 8.3 | 7.5 | 182 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(S), Riba(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |