|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 21.-25.10.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | PERKELT S PILETINOM I PALENTA , BISKVIT OD ROGAČA I LIMUNA , MIJEŠANA SALATA  | 80.8 | 19.8 | 25.7 | 635 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Mlijeko(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Jaja(S) |
| **UŽINA** | BANANA , KEFIR  | 25.0 | 8.1 | 7.2 | 194 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | MESNA ŠTRUCA, PIRE KRUMPIR I ŠPINAT , MANDARINA KREM JUHA OD POVRĆA  | 73.7 | 22.6 | 27.7 | 620 | Jaja(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Laktoza(T) |
| **UŽINA** | MLIJEKO , PETIT BEURE  | 20.4 | 7.6 | 7.0 | 175 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | VARIVO OD KELJA SA SVINJETINOM, SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA , ŠKOLSKI KRUH  | 82.3 | 23.3 | 27.1 | 668 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(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** |  PANIRANI PILEĆI ODREZAK I RIZI BIZI, JUHA OD RAJČICE, KUPUS SALATA | 75.1 | 26.9 | 26.2 | 631 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Sezam(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Goruščica(S) |
| **UŽINA** | PUTER ŠTANGICA S MLIJEČNIM NAMAZOM  | 36.4 | 5.7 | 4.1 | 205 | Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | RAGU JUHA JUNEĆA , TJESTENINA S KOZICAMA NA BIJELO , ZELJE SALATA , ČAJNI KOLUTIĆI | 79.6 | 25.3 | 21.9 | 613 | Celer(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Jaja(S), Laktoza(T), Rakovi(S) |
| **UŽINA** | KRUH S MASLACEM I PEKMEZOM  | 29.0 | 4.9 | 4.8 | 179 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |