|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN:21.10.-25.10.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | KRPICE SA ZELJEM , ZELENA SALATA  | 56.7 | 11.1 | 12.2 | 389 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(S), Jaja(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **II.****ODMOR** | KUHANO JAJE S KRUHOM I SIRNIM NAMAZOM , VOĆKA, MLIJEKO | 57.6 | 16.9 | 15.5 | 435 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM , MLIJEKO, VOĆKA | 26.5 | 4.4 | 7.4 | 196 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **II.****ODMOR** | PEČENI PILEĆI BATAK, ZABATAK S MLINCIMA , KISELI KRASTAVCI | 49.2 | 18.3 | 13.3 | 390 | Gluten(S), Jaja(S) |
| **SRIJEDA** | **I.****ODMOR** | RIŽOTO S PILETINOM I TIKVICAMA, KUPUS SALATA  | 47.7 | 14.7 | 13.0 | 365 | Celer(S), Laktoza(T), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | CHIA KIFLIĆ , JOGURT ČAŠICA,VOĆKA  | 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) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , VOĆKA | 63.8 | 12.8 | 8.9 | 391 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |
| **II.****ODMOR** | VARIVO OD PURETINE S POVRĆEM I JEČMOM , ŠKOLSKI KRUH  | 48.5 | 16.1 | 13.4 | 384 | Gluten(S), Soja(T), Celer(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | PANIRANI FILE OSLIĆA S PIREOM OD KRUMPIRA , CIKLA SALATA  | 51.8 | 11.6 | 14.1 | 373 | Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **II.****ODMOR** | ČOKOLADNI NAMAZ NA KRUHU , MLIJEKO , VOĆKA | 56.0 | 12.6 | 15.8 | 419 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Kikiriki(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |