|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 30.9.-4.10.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | PUTER ŠTANGICA, JOGURT, VOĆKA | 36.2 | 6.1 | 4.4 | 209 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **II.****ODMOR** | PEČENA PILETINA S NJOKIMA U UMAKU OD ŠPINATA , SALATA KRASTAVCI KISELI , JABUKA KOMAD  | 49.0 | 18.3 | 16.5 | 423 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Goruščica(S) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , ŠKOLSKI KRUH ŠNITA I POL | 60.6 | 15.9 | 15.8 | 451 | Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **II.****ODMOR** | BISKVITNI KOLAČ S VIŠNJAMA I BADEMIMA , MLIJEKO , VOĆKA | 62.8 | 14.2 | 17.2 | 460 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(T), Laktoza(S) |
| **SRIJEDA** | **I.****ODMOR** | SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KAKAO S MEDOM , VOĆKA | 66.1 | 11.3 | 14.2 | 437 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | RIŽOTO S PILETINOM , ZELENA SALATA S ROTKVICOM  | 56.6 | 13.9 | 17.5 | 437 |  |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | ĆUFTE I PIRE KRUMPIR , ŠKOLSKI KRUH | 50.0 | 15.1 | 20.1 | 435 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Celer(T) |
| **II.****ODMOR** | SIRNI NAMAZ S MASLINAMA NA KRUHU , JOGURT, VOĆKA | 61.9 | 16.6 | 15.1 | 451 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Goruščica(S) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , MLIJEKO, BANANA KOMAD  | 59.2 | 14.4 | 9.7 | 373 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | TJESTENINA S TUNOM I ĐUVEČEM , CIKLA SALATA  | 56.4 | 20.2 | 14.1 | 437 | Riba(S), Gluten(S), Jaja(T), Celer(T), Gluten(T) |