|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 7.4. – 11.4.2025.** | | | | | | | |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAHA, KUKURUZA I SLANUTKA S SVINJETINOM P SAVIJAČA OD SIRA , KUPUS SALATA , POLUBIJELI KRUH | 81.1 | 27.8 | 23.4 | 649 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Celer(T), Celer(S), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Soja(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , JOGURT ČAŠICA | 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) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | PUREĆI PERKELT S NJOKIMA , ZELENA SALATA S MRKVOM , ŠKOLSKI KRUH , BISKVITNI KOLAČ S JABUKOM | 86.7 | 23.3 | 22.6 | 645 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(S), Jaja(S) |
| **UŽINA** | JOGURT ČAŠICA , BANANA KOMAD | 36.9 | 6.9 | 4.1 | 200 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | GULAŠ OD JUNETINE S BULGUROM , CIKLA SALATA , KOLAČ BISKVITNI SA ŠUMSKIM VOČEM | 78.2 | 24.1 | 25.9 | 643 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Sezam(T), Gluten(T), Celer(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) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | POHANA PILETINA I MLINCI S BUČINIM, SALATA OD CIKLE I MRKVE , BISTRA JUHA OD KORJENASTOG POVRĆA I BUNDEVE | 78.8 | 24.8 | 26.4 | 652 | Gluten(S), Jaja(S), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), ULJEM Celer(T), Gluten(T), Celer(S) |
| **UŽINA** | SAVIJAČA OD ORAHA IJABUKA | 21.6 | 6.0 | 7.5 | 178 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI S PIREOM OD KRUMPIRA , SALATA , KOMPOT OD BRESKVE I VIŠNJE | 87.8 | 26.8 | 21.9 | 663 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Celer(T) |
| **UŽINA** | PUTER ŠTANGICA SA SIRNIM NAMAZOM | 36.2 | 6.1 | 4.4 | 209 | Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |