|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22. LIPNJA, SISAK GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 10.10.-14.10.2022.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , 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) |
| **POPODNE** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, MANDARINE DVIJE  | 48.1 | 13.7 | 14.6 | 381 | Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | PALENTA SA PILEĆIM SAFTOM , ZELENA SALATA S MRKVOM , JABUKA KOMAD  | 54.2 | 11.3 | 14.8 | 396 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | SIRNI NAMAZ S VLASCEM NA KRUHU , KEFIR , JABUKA KOMAD  | 50.9 | 14.0 | 12.8 | 377 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | KROASAN , NARANČA KOMAD , MLIJEKO  | 50.8 | 12.4 | 14.9 | 382 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(S), Riba(T), Orašidi(T), Laktoza(S) |
| **POPODNE** | RIŽOTO SA SVINJETINOM , SALATA SVJEŽA PAPRIKA, MANDARINE DVIJE  | 54.9 | 13.5 | 13.2 | 390 |  |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | SARMA OTVORENA I PIRE KRUMPIR , MANDARINA KOMAD  | 52.4 | 12.9 | 14.9 | 392 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Sumporni dioksid(S) |
| **POPODNE** | ZVRK SA SIROM , MLIJEKO , MALA JABUKA KOMAD  | 44.6 | 14.3 | 16.3 | 380 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA S TUNOM SALATA , MANDARINA KOMAD , CIKLA SALATA  | 45.2 | 17.3 | 12.9 | 370 | Riba(S), Gluten(S), Jaja(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | ČOKOLADNI NAMAZ NA KRUHU , MALA JABUKA KOMAD , MLIJEKO  | 49.0 | 12.6 | 15.8 | 391 | 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) |