|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 12.12.-16.12.2022.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | PREŽGANA JUHA , TJESTENINA CARBONARA , KISELI KRASTAVCU , MRAMORNI KOLAČ  | 80.0 | 25.4 | 27.1 | 668 | Jaja(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Mlijeko(S), Laktoza(T), Gluten(T), Laktoza(S), Celer(T ) Gorušica(T) |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , MLIJEKO | 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** | GULAŠ OD JUNETINE S PIRE KRUMPIROM , ZELENA SALATA , NARANČASTI BISKVIT PRELIVEN ČOKOLADOM  | 76.4 | 21.1 | 27.1 | 627 | Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Soja(S), Jaja(S) |
| **UŽINA** | SAVIJAČA OD SIRA  | 21.6 | 6.0 | 7.5 | 178 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Celer(T) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | ŠKOLSKI KRUH , BISKVITNI KOLAČ S ORAŠASTIM PLODOVIMA , VARIVO OD ZELENE LEĆE, POVRĆA I NOKLICA  | 82.2 | 20.5 | 25.6 | 647 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Mlijeko(S), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S), Celer(S) |
| **UŽINA** | ŠKOLSKI KRUH S MASLACEM I MARMELADOM ŠIPAK | 28.2 | 4.5 | 6.5 | 192 | Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | POHANA PILETINA I MLINCI S BUČINIM ULJEM , SALATA OD CIKLE I MRKVE , BISTRA PILEĆA JUHA SA KORJENASTIM POVRĆEM |  |  |  |  |  |
| **UŽINA** | BANANA , KEFIR  | 25.0 | 8.1 | 7.2 | 194 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | RIŽOTO S LIGNJAMA NA BIJELO , CIKLA SALATA , SAVIJAČA S VIŠNJAMA  | 80.9 | 21.3 | 22.0 | 610 | Jaja(S), Mlijeko(S), Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **UŽINA** | PUDING OD VANILIJE  | 19.8 | 6.6 | 6.4 | 164 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T) |