|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22. LIPNJA, SISAK, GRAD SISAK**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 23.1. – 27.1.2023.** | | | | | | | |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.**  **ODMOR** | VARIVO OD PURETINE S POVRĆEM I JEČMOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, MALA JABUKA KOMAD | 54.0 | 18.4 | 14.6 | 427 | Gluten(S), Soja(T), Celer(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **II.**  **ODMOR** | SAVIJAČA OD SIRA , JOGURT ČAŠICA, ŠLJIVE SERVIRANJE | 49.4 | 14.0 | 12.0 | 351 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **UTORAK** | **I.**  **ODMOR** | KUHANO JAJE S KRUHOM I ŠUNKOM , JABUKA KOMAD , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica) | 46.5 | 14.7 | 11.8 | 347 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **II.**  **ODMOR** | PILETINA U UMAKU OD GRAŠKA I MRKVE, PIRE KRUMPIR , KUPUS SALATA , KRUŠKA KOMAD | 54.1 | 16.9 | 16.7 | 426 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **I.**  **ODMOR** | JABUKA KOMAD , ZELENA SALATA , RIŽOTO POVRĆE I DIMLJENI TOFU | 62.1 | 13.5 | 14.2 | 435 | Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(S), Sezam(T) |
| **II.**  **ODMOR** | KUKURUZNE PAHULJICE S JOGURTOM I MEDOM , POLA BANANE | 63.0 | 13.3 | 10.3 | 396 | Gluten(T), Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **I.**  **ODMOR** | 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) |
| **II.**  **ODMOR** | VARIVO OD KELJA I JUNETINE , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, JABUKA KOMAD | 61.3 | 18.3 | 13.9 | 441 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **PETAK** | **I.**  **ODMOR** | JABUKA KOMAD , ZELENA SALATA , PANIRANI OSLIĆ S PIRJANIM MAHUNAMA I KRUMPIROM | 60.1 | 18.0 | 16.4 | 440 | Gluten(S), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **II.**  **ODMOR** | 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) |