|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22. LIPNJA, SISAK, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 30.1. – 3.2.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | KUKURUZNE PAHULJICE S JOGURTOM I MEDOM , POLA BANANE  | 63.0 | 13.3 | 10.3 | 396 | Gluten(T), Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **II.****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) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | TJESTENINA CARBONARA , JABUKA KOMAD , ZELENA SALATA  | 53.7 | 19.8 | 14.3 | 426 | Gluten(S), Jaja(S), Laktoza(T), Mlijeko(S), Celer(S) |
| **II.****ODMOR** | JOGURT TEKUĆI ČAŠICA, SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA  | 45.9 | 13.1 | 15.4 | 374 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **SRIJEDA** | **I.****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) |
| **II.****ODMOR** | CRVENI KUPUS SALATA , MANDARINE DVIJE , RIŽOTO S PILETINOM I TIKVICAMA  | 59.0 | 17.1 | 16.0 | 446 | Celer(S), Laktoza(T), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE I PIRE KRUMPIR , MALA JABUKA KOMAD  | 56.0 | 14.9 | 18.3 | 442 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Jaja(S) |
| **II.****ODMOR** | ČOKOLADNI NAMAZ BADEM NA KRUHU , JABUKA KOMAD , JOGURT ČAŠICA | 51.6 | 11.9 | 13.9 | 378 | Gluten(T), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Kikiriki(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | 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) |
| **II.****ODMOR** | MANDARINE DVIJE , TJESTENINA S TUNOM I ĐUVEČEM , CIKLA SALATA  | 56.4 | 20.2 | 14.1 | 437 | Riba(S), Gluten(S), Jaja(T), Celer(T), Gluten(T) |