|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 5.12. – 9.12.2022.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |  |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** |  BUREK SA SIROM, JOGURT |  |  |  |  |  |
| **UŽINA** | ŠKOLSKI KRUH S DŽEMOM OD MARELICA , ČAJ | 28.2 | 4.5 | 6.5 | 192 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KUKURUZNI KRUH 1 I POL ŠNITA , VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM  | 88.0 | 21.3 | 24.6 | 656 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Lupina(T), Gluten(T) |
| **UŽINA** |  RIŽOLOINO NA MLIJEKU  | 25.0 | 8.1 | 7.2 | 194 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | POVRTNA JUHA SA GRIZOM , RIŽOTO S PURETINOM I POVRĆEM NA BIJELO , SALATA KUPUS MIJEŠANI , ČAJNI KOLUTIĆI  | 77.1 | 22.3 | 27.0 | 649 | Celer(S), Jaja(S), Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T) |
| **UŽINA** |  SIRNI NAMAZ, PUTER STANGICA | 25.6 | 9.2 | 8.4 | 217 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | SALATA CIKLA ,TJESTENINA SA ŠALŠOM, BANANA | 76.4 | 25.4 | 23.4 | 623 | Gluten(S), Jaja(S), Soja(T), Celer(T), Celer(S), Jaja(S) |
| **UŽINA** | KUKURUZNI KIFLIĆ, KAKAO | 26.6 | 8.1 | 5.5 | 195 | Gluten(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PEČENI FILE OSLIĆA S PIRE KRUMPIROM , BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM I NARANČOM , SALATA ZELENA  | 83.0 | 27.2 | 21.7 | 623 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Gluten(S), Jaja(T), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **UŽINA** | SAVIJAČA OD SIRA BORAVAK  | 21.6 | 6.0 | 7.5 | 178 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |