|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 6.3. – 10.3.2023.** | | | | | | | |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | RIŽOTO S TIKVICAMA , SALATA KUPUS MIJEŠANI , BISTRA PILEĆA JUHA S REZANCIMA , ČAJNI KOLUTIĆI | 78.4 | 17.7 | 25.7 | 617 | Jaja(S), Mlijeko(S), Laktoza(T), Celer(T), Celer(S), Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | POLUBIJELI KRUH, ŠUNKA I SIR | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM ,KISELI KRASTAVCI, BISKVITNI KOLAČ S MALINAMA I ROGAČEM , POLUBIJELI KRUH | 88.3 | 20.8 | 24.9 | 660 | Celer(T), Sumporni dioksid(S),Gorušica(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S), Soja(T), Mlijeko(T), Lupina(T) |
| **UŽINA** | INTEGRALNI DVOPEK SA SIRNIM NAMAZOM | 26.0 | 6.3 | 5.0 | 181 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | MESNA ŠTRUCA, PIRE KRUMPIR I ŠPINAT , BANANA | 73.7 | 22.6 | 27.7 | 620 | Jaja(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Laktoza(T) |
| **UŽINA** | SAVIJAČA OD SIRA | 21.6 | 6.0 | 7.5 | 178 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Celer(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | KISELI KUPUS SA DIMLJENOM VRATINOM I KRUMPIROM , MRAMORNI KOLAČ | 86.5 | 21.0 | 28.1 | 679 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S) |
| **UŽINA** | PUDING OD ČOKOLADE | 19.4 | 6.9 | 6.7 | 166 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | BISTRA RIBLJA JUHA S TARANOM , TJESTENINA S TUNOM NA BIJELO SALATA , ČAJNI KOLUTIĆI | 76.5 | 28.2 | 23.7 | 636 | Gluten(S), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Jaja(S), Mlijeko(S), Laktoza(T), Riba(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | PUTER ŠTANGICA , JOGURT | 36.2 | 6.1 | 4.4 | 209 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |