|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA xxxxxxx, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 7.-11.11.2022.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | PILEĆI PAPRIKAŠ S NJOKIMA , ŠLJIVE SERVIRANJE  | 48.2 | 12.8 | 13.8 | 363 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T) |
| **POPODNE** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , JABUKA KOMAD  | 63.8 | 12.8 | 8.9 | 391 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , BANANA KOMAD , JOGURT ČAŠICA  | 65.4 | 19.5 | 13.3 | 445 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA KRASTAVCI KISELI, MANDARINA KOMAD  | 46.8 | 15.3 | 14.0 | 377 | Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(S) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | KUHANA JUNETINA, KUHANI KRUMPIR, UMAK OD RAJČICE , SALATA KRASTAVCI KISELI, JABUKA KOMAD  | 46.9 | 16.4 | 13.1 | 367 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Goruščica(S) |
| **POPODNE** | KEFIR , BANANA KOMAD , PIZZA ZDRAVA  | 63.2 | 19.4 | 14.2 | 448 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KAKAO S MEDOM , JABUKA KOMAD  | 66.1 | 11.3 | 14.2 | 437 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | VARIVO OD KUPUSA SA SVINJETINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, POLA BANANE  | 51.0 | 15.4 | 14.2 | 390 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA S KOZICAMA , ZELENA SALATA S MRKVOM , MANDARINA KOMAD  | 44.2 | 16.3 | 11.9 | 351 | Gluten(S), Rakovi(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | SVJEŽI SIR S VRHNJEM , MALA JABUKA KOMAD , KRUH RAŽENI 2 ŠNITE  | 66.4 | 16.3 | 11.9 | 438 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |