|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 9.1. – 13.1.2023.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | TJESTENINA S RAJČICOM , KUPUS SALATA , KREM JUHA OD GRAŠKA  | 89.7 | 19.6 | 25.6 | 677 | Gluten(S), Soja(T), Celer(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T) |
| **UŽINA** | PUTER ŠTANGICA S MLIJEČNIM NAMAZOM  | 36.4 | 5.7 | 4.1 | 205 | Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , KISELI KRASTAVCI , BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM , RAŽENI KRUH | 74.4 | 20.1 | 25.5 | 612 | Sumporni dioksid(S), Celer(T), Goruščica(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Jaja(S), Orašidi(T), Lupina(T) |
| **UŽINA** | ŠKOLSKI KRUH S MASLACEM I MARMELADOM ŠIPAK | 28.2 | 4.5 | 6.5 | 192 | Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | JUNEĆI PAPRIKAŠ S PIREOM OD KRUMPIRA , ZELENA SALATA , KUKURUZNI KRUH, BISKVITNI KOLAČ SA ŠUMSKIM VOĆEM I CIMETOM  | 90.9 | 23.1 | 26.2 | 681 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Celer(T), Soja(T), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T), Jaja(S) |
| **UŽINA** | MLIJEKO , PETIT BEURE  | 22.1 | 7.5 | 7.5 | 186 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Sezam(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | CRVENI RIŽOTO S PURETINOM , ZELENA SALATA , KREM JUHA OD CIKLE , BISKVITNI KOLAČ S MAKOM  | 80.4 | 23.5 | 21.9 | 622 | Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S) |
| **UŽINA** | KRUH S NAMAZOM OD TUNE I AJVARA  | 25.9 | 7.8 | 5.5 | 186 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Celer(T), Riba(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | BRODET OD OSLIĆA I BATATA , SALATA KUPUS MIJEŠANI , KOLAČ OD KEKSA I VIŠNJA , KUKURUZNI KRUH  | 94.9 | 24.1 | 21.7 | 667 | Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Celer(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Sezam(T), Gluten(S), Soja(T), Orašidi(T), Lupina(T) |
| **UŽINA** | JOGURT , BANANA  | 21.5 | 6.0 | 3.8 | 136 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |