|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 11.3. – 15.3.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | PERKELT SVINJETINA I PALENTA , BISKVIT OD ROGAČA I LIMUNA , MIJEŠANA SALATA  | 80.8 | 19.8 | 25.7 | 635 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Mlijeko(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Jaja(S) |
| **UŽINA** | INTEGRALNI DVOPEK S MASLACEM I PEKMEZOM  | 28.6 | 5.7 | 6.5 | 202 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | VARIVO OD KUPUSA U RAJČICI S PILETINOM , SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA , ŠKOLSKI KRUH  | 82.3 | 23.3 | 27.1 | 668 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **UŽINA** | PUTER ŠTANGICA, JOGURT  | 28.6 | 5.2 | 5.0 | 183 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | BISTRA GOVEĐA JUHA , SALATA KRASTAVCI KISELI OŠSK, KOLAČ OD KEKSA I MALINA , TJESTENINA S MLJEVENIM JUNEĆIM MESOM  | 76.6 | 26.7 | 24.2 | 636 | Celer(S), Gluten(S), Goruščica(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(S), Sezam(T), Celer(T), Gluten(T), Soja(T) |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) | 21.4 | 3.9 | 5.1 | 144 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | RIŽOTO S PURETINOM , JUHA OD LEĆE I PROSA , ZELENA SALATA , BISKVITNI KOLAČ SA ŠUMSKIM VOĆEM I CIMETOM  | 92.2 | 22.4 | 23.4 | 665 | Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S) |
| **UŽINA** | ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (šipak), GRAHAM PECIVO S MASLACEM  | 36.1 | 5.5 | 5.1 | 200 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PANIRANI OSLIĆ S PIREOM OD KRUMPIRA I MRKVE , KUPUS SALATA , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA  | 76.1 | 26.3 | 25.8 | 612 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Jaja(S) |
| **UŽINA** | ZAPEČENA SLANA PALAČINKA SA SIROM I VRHNJEM  | 21.1 | 8.1 | 7.6 | 183 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |