|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 13.11.2023.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | ŠKOLSKI KRUH , BISKVITNI KOLAČ S JABUKOM , VARIVO OD MIJEŠANOG POVRĆA I FAŠIRANCI OD MESA  | 77.5 | 21.1 | 27.0 | 638 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Celer(T), Jaja(S), Mlijeko(S), Soja(T), Sezam(T), Celer(S) |
| **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** | ZELENA SALATA S KUKURUZOM , BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA , LAZANJE S PILEĆIM MLJEVENIM MESOM  | 74.5 | 28.4 | 26.8 | 658 | Jaja(S), Celer(S), Gluten(S), Celer(T), Jaja(S), Soja(T) |
| **UŽINA** | KRUH S MASLACEM I PEKMEZOM  | 29.0 | 4.9 | 4.8 | 179 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | PURETINA I PALENTA , SALATA ZELENA I RIKOLA , BISKVITNI PERKELT KOLAČ S LIMUNOM I GROŽĐICAMA PRELIVEN ČOKOLADOM  | 76.7 | 22.1 | 23.7 | 610 | Celer(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(T), Celer(T), Goruščica(T), Soja(T), Sezam(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sumporni dioksid(S), Kikiriki(T), Soja(S) |
| **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) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | PANIRANI PILEĆI ODREZAK S RIZI BIZIJEM , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA , SALATA KUPUS I RAJČICA  | 74.5 | 30.2 | 21.4 | 615 | Jaja(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(S) |
| **UŽINA** | PUDING ČOKOLADA | 29.2 | 5.8 | 5.5 | 183 | Sumporni dioksid(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PEČENE LIGNJE, KUHANI KRUMPIR I GRAŠAK NA GUSTO , SALATA OD CIKLE I MRKVE , ČAJNI KOLUTIĆI  | 98.2 | 25.5 | 20.6 | 679 | Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(S), Soja(T), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | SLANA BUČNICA  | 22.5 | 7.3 | 7.0 | 181 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S) |