|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22. LIPNJA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 13.11.2023. – 17.11.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | TJESTENINA S PILEĆIM MESOM I POVRĆEM (pelat, tikvica, mrkva) , ZELENA SALATA S MRKVOM , MANDARINE DVIJE  | 59.9 | 19.4 | 13.7 | 441 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **II.****ODMOR** | PIZZA ZDRAVA , BANANA KOMAD , KEFIR  | 56.8 | 16.5 | 12.7 | 398 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Mlijeko(S), Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | KUHANO JAJE S KRUHOM I ŠUNKOM , JABUKA KOMAD , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica) | 46.5 | 14.7 | 11.8 | 347 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | VARIVO OD PURETINE S POVRĆEM I JEČMOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, MALA JABUKA KOMAD  | 54.0 | 18.4 | 14.6 | 427 | Gluten(S), Soja(T), Celer(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **SRIJEDA** | **I.****ODMOR** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , MANDARINE DVIJE , ŠKOLSKI KRUH ŠNITA I POL | 60.6 | 15.9 | 15.8 | 451 | Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **II.****ODMOR** | KUKURUZNE PAHULJICE S JOGURTOM I SUHIM MARELICAMA , MALA JABUKA KOMAD  | 57.1 | 12.5 | 10.1 | 371 | Gluten(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(S), Gluten(T) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , BANANA KOMAD  | 59.2 | 14.4 | 9.7 | 373 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | JUNEĆI PERKELT I PIRE KRUMPIR , NARANČA KOMAD  | 53.3 | 16.6 | 17.9 | 429 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | RIŽOTO S KOZICAMA , ZELENA SALATA , JABUKA KOMAD  | 58.2 | 16.0 | 14.6 | 430 | Rakovi(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **II.****ODMOR** | CRVENI NAMAZ I DIMLJENI TOFU NA ŠKOLSKOM KRUHU , JABUKA KOMAD , KISELO MLIJEKO  | 53.7 | 14.2 | 12.2 | 390 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Sezam(T), Mlijeko(S) |