|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22. LIPNJA, SISAK, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 15.01. – 19.1.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | KUKURUZNA KIFLICA , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) ,MANDARINA  | 37.7 | 4.5 | 6.0 | 216 | Gluten(S) |
| **II.****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) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | RIŽOTO S PURETINOM ,KUPUS SALATA , NARANČA KOMAD  | 61.3 | 16.3 | 15.2 | 444 |  |
| **II.****ODMOR** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , JABUKA KOMAD  | 63.8 | 12.8 | 8.9 | 391 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |
| **SRIJEDA** | **I.****ODMOR** | SENDVIČ S AJVAROM, ŠUNKOM I SIROM , KRUŠKA KOMAD , BIJELA KAVA S MEDOM  | 54.8 | 17.7 | 12.2 | 399 | Celer(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S) |
| **II.****ODMOR** | PILETINA U UMAKU OD GRAŠKA I MRKVE, PIRE KRUMPIR , KISELI KRASTAVCI , KRUŠKA KOMAD  | 54.1 | 16.9 | 16.7 | 426 | Celer(T), Gluten(T),Gorušica(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | GULAŠ OD SVINJETINE S NJOKIMA , BANANA KOMAD  | 70.1 | 15.8 | 11.8 | 443 | Gluten(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **II.****ODMOR** | SIRNI NAMAZ S MASLINAMA NA KRUHU , KEFIR , BRESKVA KOMAD  | 61.9 | 16.6 | 15.1 | 451 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Goruščica(S) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | PUTER ŠTANGICA, JOGURT , JABUKA KOMAD | 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) |
| **II.****ODMOR** | MANDARINE DVIJE , TJESTENINA S TUNOM I ĐUVEČEM , CIKLA SALATA  | 56.4 | 20.2 | 14.1 | 437 | Riba(S), Gluten(S), Jaja(T), Celer(T), Gluten(T) |