|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 16.10.2023. -20.10.2023.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , KISELI KRASTAVCI , BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM , KUKURUZNI 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** | PUTER ŠTANGICA SA SIRNIM NAMAZOM  | 36.2 | 6.1 | 4.4 | 209 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | PREŽGANA JUHA , TJESTENINA CARBONARA , KUPUS SALATA , MRAMORNI KOLAČ  | 80.0 | 25.4 | 27.1 | 668 | Jaja(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Mlijeko(S), Laktoza(T), Gluten(T), Laktoza(S), Celer(T) |
| **UŽINA** | POLUBIJELI KRUH, ŠUNKA I SIR , ČAJ ŠKOLSKI (šipak) | 27.8 | 9.9 | 3.8 | 182 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | GULAŠ OD JUNETINE S JEČMOM , KOLAČ OD KEKSA , SALATA OD CIKLE I MRKVE  | 78.6 | 25.9 | 27.9 | 668 | Gluten(S), Goruščica(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Gluten(T) |
| **UŽINA** | BANANA , KEFIR  | 25.0 | 8.1 | 7.2 | 194 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE I PIRE KRUMPIR , POLUBIJELI KRUH , MLIJEČNI SLADOLED | 82.2 | 21.6 | 25.3 | 636 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Lupina(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | BISKVIT S GROŽĐICAMA I CIMETOM  | 28.4 | 3.4 | 6.5 | 187 | Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Celer(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI, RIZI BIZI S MRKVOM , BANANA , SALATA MRKVA I KUPUS  | 102.8 | 23.1 | 22.3 | 699 | Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Gluten(T) |
| **UŽINA** | SAVIJAČA OD SIRA  | 21.6 | 6.0 | 7.5 | 178 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Celer(T) |