|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 18.3. – 22.3.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | MEKSIČKI RIŽOTO SA SVINJETINOM , MIJEŠANA SALATA , JUHA OD RAJČICE , ČAJNI KOLUTIĆI  | 80.6 | 19.3 | 25.6 | 637 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | PETIT BEURE , JOGURT  | 24.8 | 7.1 | 5.9 | 177 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **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** | BANANA , KEFIR  | 25.0 | 8.1 | 7.2 | 194 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | GULAŠ PILETINA SA ŠIROKIM REZANCIMA I POVRĆEM , MRAMORNI KOLAČ , CIKLA KISELA | 77.5 | 24.3 | 22.7 | 613 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Goruščica(S) |
| **UŽINA** | POLUBIJELI KRUH S MASLACEM I MEDOM  | 35.0 | 4.7 | 4.9 | 200 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **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** | KRUH S MLIJEČNIM NAMAZOM | 25.3 | 5.1 | 5.2 | 171 | Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | ŠPAGETI S PLODOVIMA MORA I POVRĆEM , MIJEŠANA SALATA  | 74.5 | 20.7 | 25.0 | 611 | Laktoza(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Rakovi(S), Riba(S), Sumporni dioksid(T), Mekušci(S), Celer(S), Gluten(T) |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , JOGURT  | 21.9 | 8.9 | 8.7 | 196 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |