|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 20.11. – 24.11.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | ZVRK SA SIROM , MLIJEKO , MALA JABUKA KOMAD  | 44.6 | 14.3 | 16.3 | 380 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **II.****ODMOR** | TJESTENINA SA SVINJEČIM SAFTOM , ZELENA SALATA , NARANČA KOMAD  | 56.6 | 18.2 | 15.3 | 436 | Gluten(S), Celer(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | SARMA OTVORENA I PIRE KRUMPIR , MANDARINE DVIJE  | 62.0 | 14.8 | 16.2 | 448 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Sumporni dioksid(S) |
| **II.****ODMOR** | SIRNI NAMAZ S VLASCEM NA KRUHU , KEFIR , JABUKA KOMAD  | 50.9 | 14.0 | 12.8 | 377 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **SRIJEDA** | **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** | RIŽOTO S PILETINOM , ZELENA SALATA , JABUKA KOMAD  | 58.2 | 16.0 | 14.6 | 430 | Rakovi(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NOKLICAMA , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , MANDARINE DVIJE  | 65.2 | 18.8 | 12.7 | 447 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **II.****ODMOR** | KROASAN , , MLIJEKO NARANČA KOMAD | 50.8 | 12.4 | 14.9 | 382 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(S), Riba(T), Orašidi(T), Laktoza(S) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | MLIJEKO , NAMAZ OD TUNE I SLANUTKA, SA ŠKOLSKIM KRUHOM , KRUŠKA KOMAD  | 46.6 | 15.1 | 11.6 | 349 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Riba(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Celer(T) |
| **II.****ODMOR** | PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI S PIREOM OD KRUMPIRA I MRKVE , KRUŠKA KOMAD , CIKLA SALATA  | 62.2 | 15.7 | 17.1 | 458 | Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Celer(T) |