|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 20.11. – 24.11.2023.** |
| **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** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE | 28.1 | 7.9 | 5.7 | 197 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | PUREĆI GULAŠ SA ZELENOM LEĆOM I KUHANIM KRUMPIROM , SALATA KUPUS MIJEŠANI , ČAJNI KOLUTIĆI , KRUH RAŽENI  | 84.0 | 22.3 | 22.1 | 620 | Celer(S), Celer(T), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **UŽINA** | RAŽENI KRUH SA ŠUNKOM I SIROM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) | 28.1 | 9.7 | 3.9 | 184 | Goruščica(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | MUSAKA SVINJETINA, KRUMPIR I LEĆA , ZELENA SALATA , JUHA OD LEĆE I PROSA  | 79.9 | 22.0 | 24.3 | 617 | Celer(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T) |
| **UŽINA** | ČOKOLINO | 26.4 | 9.3 | 6.7 | 206 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Orašidi(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | GULAŠ OD JUNETINE SA TJESTENINOM , SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA , ZELENA SALATA  | 76.4 | 23.0 | 26.5 | 641 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T) |
| **UŽINA** | NAMAZ OD TUNE NA POLUBIJELOM KRUHU  | 25.9 | 9.5 | 5.1 | 188 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Riba(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PEČENI FILE OSLIĆA S PIRE KRUMPIROM , BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM I NARANČOM , SALATA ZELENA I RIKOLA  | 83.0 | 27.2 | 21.7 | 623 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Celer(T), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Gluten(S) |
| **UŽINA** | SAVIJAČA OD SIRA  | 21.6 | 6.0 | 7.5 | 178 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Celer(T) |