|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 29.01. – 2.2.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | KREM JUHA OD CVJETAČE S KISELIM VRHNJEM , RIŽOTO S JUNETINOM I GRAŠKOM , SALATA CIKLA , BISKVIT OD MRKVE I PEKMEZA  | 77.2 | 21.8 | 25.4 | 630 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T), Jaja(S), Sumporni dioksid(S) |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , MLIJEKO | 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) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | TORTILJA SA ŠUNKOM I SIROM , SALATA , JUHA OD RAJČICE, PETIT BEURE  | 74.0 | 24.0 | 25.1 | 633 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Sezam(T) |
| **UŽINA** | KUHANA JAJA S JOGURTOM | 25.0 | 8.4 | 7.5 | 203 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Jaja(S), Celer(T) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | ZELENA SALATA S MRKVOM , KOMPOT OD BRESKVE I VIŠNJE , POHANA PILETINA I PIRE KRUMPIR | 79.1 | 22.6 | 23.2 | 618 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), 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) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAŠKA S PILETINOM , KRUH RAŽENI , ROLADA OD ORAHA I ČOKOLADE  | 94.4 | 20.9 | 19.3 | 629 | Gluten(S), Goruščica(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Celer(T), Jaja(T), Soja(S), Lupina(T), Soja(S), Gluten(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Jaja(S) |
| **UŽINA** | SMOOTHIE LJUBIČASTA FANTAZIJA  | 28.6 | 9.0 | 5.7 | 186 | Mlijeko(S), Celer(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | OSLIĆ S KUS KUSOM I POVRĆEM , MINESTRONE JUHA ,KISELI KRASTAVCI , BISKVITNI KOLAČ S MALINOM  | 75.2 | 26.5 | 24.9 | 629 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(S), Jaja(T) |
| **UŽINA** | GRIZ S ČOKOLADOM | 36.7 | 7.4 | 4.3 | 215 | Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |