|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA 22.LIPNJA SISAK , GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN:**  |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | GOVEĐA JUHA JUHA S TARANOM , ČAJNI KOLUTIĆI , TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA MRKVA I KUPUS  | 78.0 | 20.7 | 25.8 | 630 | Gluten(S), Gluten(T), Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | POLUBIJELI KRUH, ŠUNKA I SIR  | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Celer(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | PEČENA PILETINA S MLINCIMA , SALATA OD CIKLE I MRKVE , BISKVITNI KOLAČ S VIŠNJAMA  | 85.5 | 22.1 | 26.0 | 666 | Gluten(S), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(T), Jaja(S) |
| **UŽINA** |  BANANA , PETIT BEURE  | 34.5 | 2.2 | 3.7 | 182 | Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Sezam(T) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | CRVENI RIŽOTO S PURETINOM JUHA OD BATATNE TIKVE, BISKVITNI KOLAČ S MAKOM  | 80.4 | 23.5 PURETINOM  | 21.9 | 622 | Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S) |
| **UŽINA** | INTEGRALNI DVOPEK S MASLACEM I PEKMEZOM  | 28.6 | 5.7 | 6.5 | 202 |  |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** KREM | VARIVO OD KUPUSA S SVINJETINOM, POLUBIJELI KRUH , SLADOLED | 83.6 | 25.9 | 24.0 | 650 |  |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , JOGURT ČAŠICA  | 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) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PEČENE LIGNJE, RESTANI KRUMPIR S LIMUNOM I KOPROM , ŠKOLSKI KRUH , ZELENA SALATA S ROTKVICOM , MLIJEČNI SLADOLED | 96.7 | 23.5 | 19.6 | 648 | Celer(T), Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | PUTER ŠTANGICA S MLIJEČNIM NAMAZOM  | 36.4 | 5.7 | 4.1 | 205 | Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |