|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA 22. LIPNJA SISAK, GRAD SISAK** |
| **TJEDAN: 15.09.2025** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **I.****ODMOR** | CHIA KIFLIĆ , JOGURT ČAŠICA, VOČKA | 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) |
| **II.****ODMOR** | TJESTENINA S MLJEVENIM JUNEĆIM MESOM , JABUKA KOMAD , KISELI KRASTAVCI | 57.8 | 18.3 | 13.3 | 423 | Gluten(S), Soja(T), Celer(T), Gluten(T), Celer(S) |  |
| **UTORAK** | **I.****ODMOR** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , MANDARINE DVIJE , ŠKOLSKI KRUH ŠNITA I POL | 60.6 | 15.9 | 15.8 | 451 | Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **II.****ODMOR** | KROASAN , NARANČA KOMAD , KEFIR | 58.4 | 13.5 | 15.7 | 425 | 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), Gluten(S) |
| **SRIJEDA** | **I.****ODMOR** | ŠKOLSKI SENDVIČ , JABUKA KOMAD , MLIJEKO  | 53.8 | 14.7 | 17.1 | 432 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | PILETINA U UMAKU OD GRAŠKA I MRKVE, PIRE KRUMPIR , KUPUS SALATA , KRUŠKA KOMAD  | 47.6 | 13.9 | 14.9 | 372 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **I.****ODMOR** | GULAŠ OD JUNETINE SA PALENTOM , POLA BANANE  | 50.4 | 13.5 | 11.1 | 351 | Gluten(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **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) |
| **PETAK** | **I.****ODMOR** | KUHANO JAJE S KRUHOM (ŠNITA I POL) I ŠUNKOM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica), JABUKA KOMAD  | 59.3 | 17.7 | 12.2 | 414 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **II.****ODMOR** | RIŽOTO S LIGNJAMA , RAJČICA SALATA , MANDARINE DVIJE  | 63.0 | 15.6 | 13.3 | 435 | Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Celer(T), Gluten(T) |