|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 27.2.-3.3.2023.** | | | | | | | |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | PREŽGANA JUHA , TJESTENINA CARBONARA , KUPUS SALATA , MRAMORNI KOLAČ | 80.1 | 25.9 | 27.4 | 672 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Laktoza(T), Mlijeko(S), Gluten(T), Laktoza(S), Celer(T) |
| **UŽINA** | INTEGRALNI DVOPEK S MASLACEM I MEDOM | 29.6 | 5.7 | 6.5 | 206 | Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | PUREĆI PERKELT I PIRE KRUMPIR , SALATA OD CIKLE I MRKVE , SAVIJAČA OD JABUKA | 80.1 | 23.6 | 22.5 | 613 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Celer(T) |
| **UŽINA** | ŠKOLSKI KRUH S PODRAVCEM | 25.4 | 6.9 | 5.1 | 177 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, BISKVITNI KOLAČ S ORAŠASTIM PLODOVIMA , VARIVO OD ZELENE LEĆE, POVRĆA I NOKLICA | 82.2 | 20.5 | 25.6 | 647 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Celer(S) |
| **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) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | MESNA ŠTRUCA, PIRE KRUMPIR I ŠPINAT , BANANA KOMAD , POVRTNA JUHA S GRIZ NOKLICAMA | 81.3 | 24.2 | 28.2 | 661 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Laktoza(T), Celer(S) |
| **UŽINA** | BISKVIT OD ROGAČA I NARANČE | 29.9 | 3.6 | 6.5 | 194 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PANIRANI OSLIĆ I RIŽA PIRJANA NA LUKU , CIKLA SALATA , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA | 78.1 | 26.7 | 24.2 | 616 | Gluten(S), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S) |
| **UŽINA** | NAMAZ OD TUNE NA POLUBIJELOM KRUHU | 25.9 | 9.5 | 5.1 | 188 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Riba(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |