|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 12.12.-16.12.2022.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **DORUCAK** | ŠKOLSKI KRUH S DŽEMOM OD MARELICA  | 28.2 | 4.5 | 6.5 | 192 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |
| **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) |
| **UTORAK** | **DORUČAK** | PALAČINKA S DŽEMOM (MARELICA) , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) | 29.2 | 6.4 | 6.0 | 191 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Sumporni dioksid(S) |
| **RUČAK** | PERKELT SVINJETINA I PALENTA , BISKVIT OD ROGAČA I LIMUNA , ZELENA SALATA  | 79.0 | 19.8 | 25.7 | 629 | Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T) |
| **SRIJEDA** | **DORUČAK** | 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) |
| **RUČAK** | CRVENI RIŽOTO S PURETINOM , ZELENA SALATA , KREM JUHA OD CIKLE , BISKVITNI KOLAČ S MAKOM  | 80.3 | 23.5 | 21.9 | 621 | Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S) |
| **ČETVRTAK** | **DORUČAK** | POLUBIJELI KRUH SA MASLACEM OD KIKIRIKIJA  | 26.1 | 7.4 | 5.8 | 186 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Kikiriki(S), Orašidi(T) |
| **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(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **PETAK** | **DORUČAK** | SENDVIČ S JAJEM I KISELIM KRASTAVCIMA  | 25.6 | 9.2 | 8.4 | 217 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Goruščica(S) |
| **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) |