|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 18.9.-22.9.2023.** |
| **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** | VARIVO OD KUPUSA S JUNETINOM , POLUBIJELI KRUH 1 ŠNITA , KOLAČ OD KEKSA I MALINA  | 83.6 | 25.9 | 24.0 | 650 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Gluten(T) |
| **UTORAK** | **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** | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S PIRE KRUMPIROM , SALATA KUPUS KISELI , MRAMORNI KOLAČ  | 74.8 | 23.2 | 30.4 | 660 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Celer(T), Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Jaja(S) |
| **SRIJEDA** | **DORUČAK** | PEKMEZ OD ŠLIVE NA KUKURUZNOM KRUHU  | 29.0 | 4.9 | 4.8 | 179 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(T) |
| **RUČAK** | VARIVO OD KELJA I PROKULICA , SAVIJAČA S VIŠNJAMA , ŠKOLSKI KRUH ŠNITA I POL | 89.5 | 17.6 | 24.3 | 638 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S) |
| **ČETVRTAK** | **DORUČAK** | ZAPEČENA SLATKA PALAČINKA SA SIROM I VRHNJEM  | 25.4 | 8.8 | 8.2 | 209 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Sezam(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** | 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) |
| **RUČAK** | RIŽOTO S PILETINOM , ZELENA SALATA S KUKURUZOM , BISTRA PILEĆA JUHA , ČAJNI KOLUTIĆI  | 79.0 | 19.5 | 27.8 | 648 | Gluten(S), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |