|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 21.11.-25.11.2022.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAŠKA SA SVINJETINOM , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , BISKVITNI KOLAČ S ROGAČEM  | 88.9 | 23.7 | 20.2 | 639 | Celer, Gluten, Celer, Gluten,SojaJaja, Mlijeko, Orašidi, Sezam, Lupina, Jaja, Mlijeko |
| **UŽINA** | JABUKA KOMAD , PETIT BEURE  | 34.5 | 2.2 | 3.7 | 182 | Laktoza, Gluten, Mlijeko, Sezam |
| **UTORAK** | **RUČAK** | POHANA PILETINA I MLINCI S BUČINIM ULJEM , SALATA OD CIKLE I MRKVE , BISTRA JUHA OD KORJENASTOG POVRĆA I BUNDEVE  | 78.8 | 24.8 | 26.4 | 652 | Gluten, Jaja, Laktoza, Mlijeko, Jaja, Jaja, Soja, Mlijeko, Sezam, Celer, Celer, Gluten |
| **UŽINA** | INTEGRALNI DVOPEK SA SIRNIM NAMAZOM  | 26.0 | 6.3 | 5.0 | 181 | Gluten, Laktoza, Mlijeko |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | KREM JUHA OD BATATA I BUTTERNUT TIKVICE , MIJEŠANA SALATA , PEČENA SVINJETINA S RESTANIM KRUMPIROM , BANANA  | 87.5 | 26.2 | 25.1 | 662 | Laktoza, Mlijeko, Gluten, Jaja, Mlijeko |
| **UŽINA** | ŠKOLSKI KRUH S MARMELADOM ŠIPAK  | 28.2 | 4.5 | 6.5 | 192 | Gluten, Jaja, Sezam, Lupina, Soja, Mlijeko, Laktoza, Gluten, Mlijeko, Sumporni dioksid |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | POVRTNA JUHA S TARANOM , ZELENA SALATA S MRKVOM , ČAJNI KOLUTIĆI , TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM  | 74.2 | 19.7 | 25.8 | 612 | Celer, Celer, Gluten, Gluten, Gluten, Laktoza, Gluten, Jaja, Soja, Mlijeko, Orašidi |
| **UŽINA** | KAKAO, NARANČA | 25,4 | 8,2 | 7,0 | 193 | Mlijeko I mliječni proizvodi |
| **PETAK** | **RUČAK** | MEKSIČKI RIŽOTO S JUNETINOM , ZELENA SALATA S KUKURUZOM , SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA  | 82.0 | 20.6 | 26.6 | 657 | Celer, Gluten, Gluten |
| **UŽINA** | KUKURUZNE PAHULJICE, JOGURT S BOBIČASTIM VOĆEM | 29,7 | 7,4 | 4,8 | 183 | Mlijeko I mliječni proizvodi |