|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 27.11. – 1. 12. 2023.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **DORUCAK** | KUKURUZNE PAHULJICE S JOGURTOM, NARIBANIM JABUKAMA I MEDOM  | 29.0 | 8.5 | 5.1 | 190 | Gluten(S), Orašidi(S), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |
| **RUČAK** | TJESTENINA S RAJČICOM I PARMEZANOM , SALATA KUPUS MIJEŠANI , MRAMORNI KOLAČ  | 78.4 | 17.7 | 25.0 | 612 | Celer(T), Jaja(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Soja(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S) |
| **UTORAK** | **DORUČAK** | KRUH S MASLACEM, MEDOM I KRIŠKOM KOMPOTA MARELICE  | 31.9 | 5.0 | 5.7 | 199 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **RUČAK** | ZELENA SALATA , POLUBIJELI KRUH 1 I POL ŠNITA , ČAJNI KOLUTIĆI , VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM  | 83.0 | 19.8 | 25.0 | 637 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Orašidi(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **SRIJEDA** | **DORUČAK** | SENDVIČ S JAJEM I SALATOM  | 25.6 | 9.2 | 8.4 | 217 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S) |
| **RUČAK** | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE I PIRE KRUMPIR , SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KUKURUZNI KRUH 1/2 ŠNITE  | 88.4 | 21.0 | 28.8 | 689 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Jaja(S), Celer(T), Orašidi(T), Lupina(T) |
| **ČETVRTAK** | **DORUČAK** | ČOKOLINO | 26.4 | 9.3 | 6.7 | 206 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Orašidi(T) |
| **RUČAK** | GULAŠ OD JUNETINE SA TJESTENINOM , KUPUS SALATA , MRAMORNI KOLAČ  | 78.7 | 25.9 | 27.6 | 669 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **PETAK** | **DORUČAK** | POLUBIJELI KRUH, ŠUNKA I SIR  | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **RUČAK** | RIŽOTO S TIKVICAMA , SALATA KUPUS MIJEŠANI , BISKVITNI KOLAČ SA ŠLJIVOM I CIMETOM , BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA  | 80.1 | 18.8 | 25.0 | 621 | Jaja(S), Mlijeko(S), Celer(S), Laktoza(T), Gluten(S), Jaja(T), Celer(T) |