|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 29.1. – 2.2.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | MESNA ŠTRUCA, PIRE KRUMPIR I ŠPINAT , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA , VOĆE | 71.3 | 22.3 | 29.1 | 628 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Celer(S) |
| **UŽINA** | INTEGRALNI DVOPEK , ČOKOLADNI NAMAZ  | 28.8 | 6.5 | 6.5 | 207 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | CRVENI RIŽOTO S PURETINOM , ZELENA SALATA , KREM JUHA OD CIKLE , BISKVITNI KOLAČ S MAKOM  | 80.4 | 23.5 | 21.9 | 622 | Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S) |
| **UŽINA** | 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) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | GULAŠ OD JUNETINE S JEČMOM , KOLAČ OD KEKSA , SALATA OD CIKLE I MRKVE  | 78.6 | 25.9 | 27.9 | 668 | Gluten(S), Goruščica(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Gluten(T) |
| **UŽINA** | ŠKOLSKI KRUH SA ŠUNKOM I KRASTAVCIMA  | 25.6 | 8.2 | 6.8 | 199 | Goruščica(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | BISTRA GOVEĐA JUHA , TJESTENINA S TUNJEVINOM I POVRĆEM , ZELENA SALATA , KOLAČ OD KEKSA I MALINA  | 80.2 | 31.0 | 21.1 | 640 | Gluten(S), Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Riba(S), Soja(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Sezam(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **UŽINA** | MLIJEKO , PETIT BEURE  | 20.4 | 7.6 | 7.0 | 175 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PUREĆI PERKELT S NJOKIMA , ZELENA SALATA S MRKVOM , ŠKOLSKI KRUH , BISKVITNI KOLAČ S JABUKOM  | 86.7 | 23.3 | 22.6 | 645 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(S), Jaja(S) |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) | 21.4 | 3.9 | 5.1 | 144 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |