|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| OŠ SELA,  Sela 103, 44273, Sela  HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU: PRODUŽENI BORAVAK  TJEDAN: 4.11.-8.11.2019. | | | | | | |
|  | **DORUČAK** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** | **RUČAK** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| PON | VARIVO OD GRAHA S TJESTENINOM, ŠKOLSKI KRUH, SALATA KUPUS S RAJČICOM, KOLAČ OD GRIZA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 659 | 17,1 | 27,2 | 90,2 | | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Soja, Sezam, Lupina | ČOKO KUGLICE S MLIJEKOM, NARANČA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 373 | 12,7 | 10,1 | 57,1 | | Gluten, Soja, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| UTO | JUNEĆI PERKELT I PIRE KRUMPIR, VOĆE | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 399 | 16,9 | 17,7 | 45,8 | | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten | ŠKOLSKI KRUH, KUHANO JAJE, MLIJEKO, BANANA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 355 | 16,6 | 11,3 | 47,4 | | Jaja, Gluten, Soja, Sezam, Lupina |
| SRI | RAGU JUHA PILEĆA, RIŽOTO S PURETINOM, CIKLA SALATA, KOLAČ OD GRIZA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 640 | 25,2 | 28,9 | 69,2 | | Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten | AMERIČKE PALAČINKE SA ZOBENIM PAHULJICAMA, MED, KAKAO S MEDOM, JABUKA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 357 | 14,1 | 12,3 | 47,9 | | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten |
| ČET | VARIVO OD PURETINE S POVRĆEM I JEČMOM, ŠKOLSKI KRUH, VOĆE | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 365 | 15,2 | 12,9 | 48,1 | | Celer, Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina | KRUH S MASLACEM I MARMELADOM, BIJELA KAVA S MEDOM, BRESKVA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 407 | 12,6 | 16,0 | 54,2 | | Gluten, Jaja, Sezam, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| PET | BISTRA GOVEĐA JUHA, TJESTENINA CARBONARA, KRASTAVCI SALATA, ZOBENI KOLAČ S VOĆEM | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 669 | 26,7 | 25,4 | 87,2 | | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Celer, Moguća kontaminacija glutenom | ŠKOLSKI KRUH, SIRNI NAMAZ S POVRĆEM, MLIJEKO, JABUKA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 397 | 17,5 | 14,2 | 50,0 | | Mlijeko i mliječni proizvodi,  Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |

**E – Energijska vrijednost, P – proteini, M – masti, U- ugljikohidrati.** Alergeni se popisuju prema Uredbi (EU) 1169/2011 o informiranju potrošača o hrani, uz dodatak mogućnosti kontaminacije glutenom. **Napomena: Moguće su izmjene u jelovniku ovisno o sezoni i mogućnostima dobavljača.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| OŠ SELA,  Sela 103, 44273, Sela  HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU: REDOVNA NASTAVA  TJEDAN: 4.-15.11.2019. | | | | | | |
|  | **JUTARNJA SMJENA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** | **POPODNEVNA SMJENA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| PON | VARIVO OD KELJA, ŠKOLSKI KRUH, VOĆE | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 351 | 9,5 | 11,5 | 53,8 | | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina | SAVIJAČA OD SIRA, ČAJ, MANDARINA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 395 | 13,4 | 13,7 | 59,3 | | Mlijeko i mliječni proizvodi,  Gluten, Jaja |
| UTO | JUNEĆI PERKELT I PIRE KRUMPIR, VOĆE | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 399 | 16,9 | 17,7 | 45,8 | | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten | ŠKOLSKI SENDVIČ U BOJAMA, MLIJEKO, MANDARINA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 358 | 18,6 | 11,0 | 45,0 | | Gluten, Jaja, Soja, Sezam,  Lupina, Mlijeko i mliječni  proizvodi |
| SRI | RIŽOTO S PURETINOM, KUPUS SALATA, VOĆE | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 410 | 17,7 | 12,8 | 55,9 | | Celer | KUKURUZNE PAHULJICE NA ČOKO MLIJEKU, BANANA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 352 | 11,0 | 9,8 | 57,7 | | Gluten, Mlijeko i mliječni  proizvodi |
| ČET | VARIVO OD PURETINE S POVRĆEM I JEČMOM, ŠKOLSKI KRUH, VOĆE | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 365 | 15,2 | 12,9 | 48,1 | | Celer, Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina | ŠKOLSKI KRUH, SIRNI NAMAZ SA SLANINOM, JOGURT S PROBIOTIKOM, JABUKA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 360 | 16,1 | 11,0 | 49,9 | | Mlijeko i mliječni proizvodi,  Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |
| PET | TJESTENINA CARBONARA, SALATA KISELI KRASTAVCI, VOĆE | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 403 | 19,3 | 10,6 | 51,4 | | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Gorušnica | ŠKOLSKI KRUH, ČOKOLADNI NAMAZ, MLIJEKO, BRESKVA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 368 | 13,0 | 12,5 | 51,6 | | Mlijeko i mliječni proizvodi,  Gluten, Jaja, Soja, Sezam,  Lupina |

**E – Energijska vrijednost, P – proteini, M – masti, U- ugljikohidrati.** Alergeni se popisuju prema Uredbi (EU) 1169/2011 o informiranju potrošača o hrani, uz dodatak mogućnosti kontaminacije glutenom. **Napomena: Moguće su izmjene u jelovniku ovisno o sezoni i mogućno**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| OŠ SELA,  Sela 103, 44273, Sela  HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU: PRODUŽENI BORAVAK  TJEDAN: 11.11.-15.11.2019. | | | | | | |
|  | **RUČAK** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** | **UŽINA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| PON | JUHA OD RAJČICE, RIŽOTO S TIKVICAMA, ZELENA SALATA, ZOBENI KOLAČ S VOĆEM | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 658 | 15,1 | 25,8 | 92,9 | | Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja, Moguća kontaminacija glutenom | ČUPAVI SENDVIČ | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 194 | 6,9 | 6,6 | 25,2 | | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| UTO | KREM JUHA OD CVJETAČE, PEČENA PILETINA I MLINCI, RAJČICA SALATA, KOMPOT OD ANANASA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 616 | 22,5 | 27,7 | 69,4 | | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi | ZELENO CRVENI SENDVIČ | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 191 | 9,1 | 5,2 | 25,7 | | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| SRI | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE, PIRE KRUMPIR, ŠKOLSKI KRUH, SAVIJAČA OD JABUKA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 673 | 28,0 | 22,4 | 91,5 | | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten, Soja, Sezam, Lupina | ŠKOLSKI KRUH SA SIROM I VRHNJEM | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 174 | 9,2 | 3,5 | 26,5 | | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten,  Jaja, Soja, Sezam, Lupina |
| ČET | BISTRA GOVEĐA JUHA, TJESTENINA S PILEĆIM MESOM I POVRĆEM, CIKLA SALTA, KOLAČ OD KEKSA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 677 | 22,3 | 23,5 | 96,5 | | Gluten, Jaja, Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Sezam | JOGURT S PETIT KEKSIMA I JABUKOM | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 178 | 6,5 | 6,4 | 23,3 | | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Sezam |
| PET | BISTRA PILEĆA JUHA, PANIRANA PILEĆA ŠNICLA, KUHANI KRUMPIR, GRAŠAK NA GUSTO, SALATA KUPUS S MRKVOM | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 629 | 26,7 | 26,9 | 73,6 | | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten, Celer | BISKVITNI KOLAČ S VIŠNJAMA | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | U | B | M | E | | 191 | 2,5 | 8,2 | 27,0 | | Jaja, Gluten, Mlijeko i mliječni  proizvodi |

**E – Energijska vrijednost, P – proteini, M – masti, U- ugljikohidrati.** Alergeni se popisuju prema Uredbi (EU) 1169/2011 o informiranju potrošača o hrani, uz dodatak mogućnosti kontaminacije glutenom. **Napomena: Moguće su izmjene u jelovniku ovisno o sezoni i mogućnostima dobavljača.**