|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 15.4. – 19.4.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD GRAŠKA I POVRĆA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, VOĆE  | 74.5 | 11.9 | 10.4 | 445 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Soja(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | SIRNI NAMAZ SA KRASTAVCIMA I VLASCEM , JOGURT TEKUĆI ČAŠICA, VOĆE | 49.9 | 16.6 | 11.4 | 367 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Goruščica(S), Celer(T) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | SEKELI GULAŠ SA SVINJETINOM I KUHANI KRUMPIR , VOĆE | 57.0 | 15.5 | 16.2 | 427 | Sumporni dioksid(S), Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | TJESTENINA CARBONARA , VOĆE , ZELENA SALATA  | 49.7 | 15.6 | 11.1 | 364 | Gluten(S), Jaja(S), Laktoza(T), Mlijeko(S), Celer(S) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | SALATA KUPUS KISELI , MANDARINE DVIJE , ĐUVEČ S PURETINOM  | 56.3 | 17.3 | 14.6 | 435 | Sumporni dioksid(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | CRVENI SENDVIČ , KEFIR , VOĆE | 50.9 | 18.7 | 12.5 | 387 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Goruščica(S), Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA SA SIROM , SALATA OD CIKLE I MRKVE , VOĆE | 59.6 | 16.8 | 14.6 | 435 | Celer(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(S) |
| **POPODNE** | RIŽOTO SA SVINJETINOM , SALATA SVJEŽA PAPRIKA, MANDARINE DVIJE  | 54.9 | 13.5 | 13.2 | 390 |  |
| **PETAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD MIJEŠANIH MAHUNARKI , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, VOĆE | 61.8 | 16.4 | 12.4 | 428 | Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | ČUPAVI SENDVIČ , MLIJEKO , VOĆE | 49.6 | 14.7 | 14.6 | 386 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Mlijeko(S) |