|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 17.4.-21.4.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | GRIZ NA MLIJEKU S ČOKOLADOM , VOĆE  | 63.3 | 14.2 | 12.4 | 422 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , VOĆE  | 59.5 | 11.6 | 8.1 | 361 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, VOĆE  | 53.3 | 18.3 | 15.9 | 428 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM , SENDVIČ S RAJČICOM  | 54.0 | 13.4 | 12.8 | 384 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | RIŽOTO S PURETINOM , CRVENI KUPUS SALATA , VOĆE  | 61.3 | 16.3 | 15.2 | 444 |  |
| **POPODNE** | ZVRK SA SIROM , MLIJEKO , VOĆE  | 44.6 | 14.3 | 16.3 | 380 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | KUHANA PILETINA, KUHANI KRUMPIR UMAK OD MRKVE , SALATA SVJEŽA PAPRIKA, VOĆE  | 56.3 | 15.1 | 18.4 | 442 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , VOĆE  | 59.2 | 14.4 | 9.7 | 373 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA S RAJČICOM , VOĆE , SALATA MRKVA I KUPUS  | 60.2 | 13.5 | 14.4 | 424 | Gluten(S), Soja(T), Celer(T), Jaja(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | KRUH S MASLACEM I MARMELADOM , VOĆE, MLIJEKO  | 51.1 | 11.8 | 12.1 | 359 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |