|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 19.12.-23.12.2022.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA CARBONARA , VOĆE , ZELENA SALATA  | 49.7 | 15.6 | 11.1 | 364 | Gluten, Jaja, Laktoza, Mlijeko, Celer |
| **POPODNE** | SIRNI NAMAZ S VLASCEM NA KRUHU, KEFIR, VOĆE  | 56.8 | 16.9 | 15.5 | 438 | Gluten, Jaja, Sezam, Lupina, Soja, Mlijeko, Laktoza, Celer |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | GULAŠ OD SVINJETINE SA PALENTOM , VOĆE | 50.4 | 13.5 | 11.1 | 351 | Gluten, Celer |
| **POPODNE** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , VOĆE  | 63.8 | 12.8 | 8.9 | 391 | Gluten, Kikiriki, Soja, Mlijeko, Laktoza |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | INTEGRALNI ŠARENI SENDVIČ , BRESKVA KOMAD , KISELO MLIJEKO  | 57.5 | 19.0 | 10.5 | 392 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **POPODNE** | INTEGRALNI ŠARENI SENDVIČ , BRESKVA KOMAD , JOGURT ČAŠICA | 52.3 | 17.3 | 7.7 | 328 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE I PIRE KRUMPIR , VOĆE  | 50.7 | 13.1 | 15.8 | 392 | Laktoza, Gluten, Mlijeko, Soja, Sezam, Jaja |
| **POPODNE** | ČUPAVI SENDVIČ , VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM  | 57.2 | 15.8 | 15.5 | 429 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Laktoza, Mlijeko |
| **PETAK** | **UJUTRO** | KROASAN , VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM  | 58.4 | 13.5 | 15.7 | 425 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(S), Riba(T), Orašidi(T), Laktoza(S), Gluten(S) |
| **POPODNE** | KROASAN , VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM  | 58.4 | 13.5 | 15.7 | 425 | Celer, Gluten, Jaja, Goruščica, Sezam, Sumporni dioksid, Lupina, Kikiriki, Soja, Mlijeko, Riba, Orašidi, Laktoza |