|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 20.5. – 24.5.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | RIŽOTO POVRĆE, VOĆE , ZELENA SALATA  | 51.1 | 12.1 | 13.6 | 379 | Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(S), Sezam(T) |
| **POPODNE** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , VOĆE | 63.8 | 12.8 | 8.9 | 391 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NOKLICAMA, KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , VOĆE  | 57.9 | 16.1 | 10.5 | 389 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **POPODNE** | 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) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | PEČENA PILETINA S NJOKIMA U UMAKU OD ŠPINATA , SALATA KRASTAVCI KISELI, VOĆE | 44.8 | 14.5 | 12.7 | 356 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Goruščica(S) |
| **POPODNE** | SENDVIČ S AJVAROM, ŠUNKOM I SIROM , VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM  | 54.8 | 17.7 | 12.2 | 399 | Celer(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD PURETINE S POVRĆEM I JEČMOM , ŠKOLSKI KRUH 1/2 ŠNITE, VOĆE | 48.5 | 16.1 | 13.4 | 384 | Gluten(S), Soja(T), Celer(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | RIŽOTO SA SVINJETINOM , SALATA SVJEŽA PAPRIKA, VOĆE | 59.0 | 14.9 | 15.5 | 433 |  |
| **PETAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA S MAHUNARKAMA I POVRĆEM , VOĆE , ZELENA SALATA  | 57.6 | 14.4 | 11.0 | 393 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni), PUDING OD ČOKOLADE SA CHIA PUDINGOM I GROŽĐICAMA , VOĆE  | 66.7 | 15.1 | 14.4 | 455 | Gluten(T), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(S) |