|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 26.2. – 1.3.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | 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) |
| **POPODNE** | ZVRK SA SIROM , JABUKA KOMAD , KISELO MLIJEKO  | 53.8 | 14.7 | 17.1 | 432 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE I PIRE KRUMPIR , VOĆE | 50.7 | 13.1 | 15.8 | 392 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Jaja(S) |
| **POPODNE** | TJESTENINA CARBONARA , VOĆE , ZELENA SALATA  | 53.7 | 19.8 | 14.3 | 426 | Gluten(S), Jaja(S), Laktoza(T), Mlijeko(S), Celer(S) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | RIŽOTO S PURETINOM , CRVENI KUPUS SALATA , VOĆE | 57.1 | 13.9 | 12.6 | 394 |  |
| **POPODNE** | ČUPAVI SENDVIČ , VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM  | 57.2 | 15.8 | 15.5 | 429 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD JEČMA I SLANINE , VOĆE , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA  | 57.6 | 11.2 | 12.0 | 375 | Gluten(S), Soja(T), Jaja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **POPODNE** |  PALAČINKA SA SVJEŽIM SIROM , MLIJEKO ČAŠICA, VOĆE | 55.7 | 19.0 | 15.0 | 426 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S) |
| **PETAK** | **UJUTRO** |  SALATA RIKOLA , RIBLJI ŠTAPIĆI UZ KUHANO MIJEŠANO POVRĆE , VOĆE | 46.1 | 12.6 | 15.1 | 366 | Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | MLIJEKO , NAMAZ OD TUNE I SLANUTKA, SA ŠKOLSKIM KRUHOM , VOĆE | 59.6 | 18.8 | 13.0 | 431 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Riba(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Celer(T) |