|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 28.11.-2.12.2022.** |
| **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, Mlijeko, Gluten, Soja, Mlijeko, Orašidi, Gluten |
| **POPODNE** | KRUH S MASLACEM I MARMELADOM, VOĆE , MLIJEKO  | 51.1 | 11.8 | 12.1 | 359 | Jaja, Sezam, Lupina, Soja, Laktoza, Gluten, Mlijeko, Sumporni dioksid |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | RIŽOTO S TIKVICAMA , KUPUS SALATA , VOĆE | 58.9 | 11.6 | 16.4 | 427 | Jaja, Mlijeko, Celer, Laktoza |
| **POPODNE** | PIZZA ZDRAVA , VOĆE , KEFIR  | 56.8 | 16.5 | 12.7 | 398 | Gluten, Jaja, Celer, Laktoza, Mlijeko |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA KRASTAVCI KISELI , VOĆE  | 57.6 | 17.6 | 15.3 | 441 | Gluten, Celer, Goruščica |
| **POPODNE** | KUHANO JAJE S KRUHOM I SIRNIM NAMAZOM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni), VOĆE  | 44.9 | 14.3 | 13.0 | 350 | Jaja, Gluten, Sezam, Lupina, Soja, Mlijeko, Laktoza |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | SEKELI GULAŠ SA SVINJETINOM I KUHANI KRUMPIR , VOĆE  | 57.0 | 15.5 | 16.2 | 427 | Sumporni dioksid, Celer, Gluten, Laktoza, Mlijeko |
| **POPODNE** | ŠKOLSKI KRUH SA MASLACEM OD KIKIRIKIJA , JOGURT ČAŠICA, VOĆE  | 45.9 | 14.9 | 13.5 | 359 | Gluten, Jaja, Sezam, Lupina, Soja, Kikiriki, Orašidi, Laktoza, Mlijeko |
| **PETAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD GRAHA S TJESTENINOM , ŠKOLSKI KRUH 1/2 ŠNITE, VOĆE | 64.2 | 13.7 | 13.6 | 441 | Gluten, Soja, Mlijeko, Sezam, Lupina |
| **POPODNE** | ŠARENI SENDVIČ , JOGURT ČAŠICA, VOĆE  | 47.0 | 17.3 | 13.2 | 367 | Celer, Mlijeko, Laktoza, Gluten, Jaja, Sezam, Lupina, Soja, Goruščica |