|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 29.1. – 2.2.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD GRAŠKA I POVRĆA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH 1/2 ŠNITE, VOĆE | 63.1 | 9.8 | 9.2 | 378 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Soja(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | ČOKOLADNI NAMAZ NA KRUHU , MLIJEKO , VOĆE | 56.0 | 12.6 | 15.8 | 419 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Kikiriki(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA KRASTAVCI KISELI, VOĆE  | 46.8 | 15.3 | 14.0 | 377 | Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(S) |
| **POPODNE** | GULAŠ OD SVINJETINE SA PALENTOM , VOĆE | 70.1 | 15.8 | 11.8 | 443 | Gluten(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | RIŽOTO POVRĆE, SLANUTAK I PILETINA , VOĆE , ZELENA SALATA S MRKVOM  | 49.3 | 12.7 | 14.1 | 376 | Celer(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** | KUHANA PILETINA, KUHANI KRUMPIR, POVRĆE ZA FRANCUSKU , SALATA KRASTAVCI SVJEŽI , VOĆE | 48.1 | 14.4 | 16.8 | 389 | Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | TJESTENINA S PURETINOM I KORJENASTIM POVRĆEM , ZELENA SALATA , VOĆE | 59.2 | 17.4 | 13.5 | 431 | Gluten(S), Jaja(T), Celer(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD PORILUKA , VOĆE , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA | 60.6 | 9.8 | 10.8 | 374 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , VOĆE | 63.8 | 12.8 | 8.9 | 391 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |