|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 5.2. – 9.2.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | VOĆE , KUKURUZNA KRUPICA - ŽGANCI SA SIROM , JOGURT ČAŠICA  | 59.7 | 17.9 | 13.7 | 426 | Jaja(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(T) |
| **POPODNE** | BIJELO ZELENI SENDVIČ , VOĆE , KAKAO S MEDOM  | 51.6 | 13.6 | 12.4 | 371 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | SEKELI GULAŠ SA SVINJETINOM I KUHANI KRUMPIR , BANANA KOMAD  | 57.0 | 15.5 | 16.2 | 427 | Sumporni dioksid(S), Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | VARIVO OD KELJA SA SVINJETINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, VOĆE  | 51.0 | 15.4 | 14.2 | 390 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | RIŽOTO SA ŠPINATOM , ZELENA SALATA S ROTKVICOM , VOĆE | 57.1 | 10.2 | 17.7 | 430 | Jaja(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Laktoza(T) |
| **POPODNE** | GRIZ NA MLIJEKU S DŽEMOM , VOĆE  | 65.3 | 13.4 | 7.6 | 380 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, KRUŠKA VOĆE | 53.3 | 18.3 | 15.9 | 428 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | TJESTENINA SA SIROM , SALATA OD CIKLE I MRKVE , VOĆE | 55.2 | 14.8 | 12.2 | 388 | Celer(T), Gluten(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | VOĆE , TJESTENINA S TUNOM I ĐUVEČEM , CIKLA SALATA  | 56.4 | 20.2 | 14.1 | 437 | Riba(S), Gluten(S), Jaja(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | VOĆE, ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni), PUDING OD ČOKOLADE SA CHIA PUDINGOM I GROŽĐICAMA  | 51.4 | 12.5 | 11.8 | 357 | Gluten(T), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(S) |