|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 6.5. – 10.5.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | GRIZ NA MLIJEKU S ČOKOLADOM , VOĆE  | 62.1 | 12.7 | 10.1 | 390 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | KRUH (ŠNITA I POL) S MASLACOM I MEDOM , KAKAO S MEDOM , VOĆE | 63.3 | 13.8 | 15.5 | 452 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, VOĆE. | 49.2 | 16.5 | 14.1 | 387 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), 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) |
| **SRIJEDA** | **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) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | KUHANA PILETINA, KUHANI KRUMPIR UMAK OD MRKVE , SALATA SVJEŽA PAPRIKA, VOĆE | 49.8 | 12.5 | 16.0 | 386 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | ŠKOLSKI SENDVIČ U BOJAMA , VOĆE, BIJELA KAVA S MEDOM  | 58.1 | 19.5 | 14.7 | 440 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | RIŽOTO S PURETINOM , CRVENI KUPUS SALATA , VOĆE | 57.1 | 13.9 | 12.6 | 394 |  |
| **POPODNE** | KUHANO JAJE S KRUHOM I SIRNIM NAMAZOM , VOĆE , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) | 57.6 | 16.9 | 15.5 | 435 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |