|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 12.2. – 16.2.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAŠKA SA SVINJETINOM , KUKURUZNI KRUH, BISKVITNI KOLAČ S ROGAČEM  | 86.2 | 23.8 | 20.2 | 626 | Celer(S), Celer(T), Gluten(S), Goruščica(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(S), Lupina(T), Jaja(S), Mlijeko(T) |
| **UŽINA** | KRUH SA SIRNIM NAMAZOM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (šipak) | 31.1 | 5.3 | 5.1 | 190 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | PEČENA SVINJETINA, PIRE KRUMPIR, MRKVA I GRAŠAK NA GUSTO , JUHA OD RAJČICE , BANANA  | 92.4 | 29.7 | 21.2 | 666 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S) |
| **UŽINA** | BISKVITNI KOLAČ S MALINAMA I ROGAČEM  | 29.1 | 3.7 | 6.5 | 190 | Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Celer(T) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | TJESTENINA S RAJČICOM I PARMEZANOM , SALATA KUPUS MIJEŠANI , MRAMORNI KOLAČ  | 78.4 | 17.7 | 25.0 | 612 | Celer(T), Jaja(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Soja(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S) |
| **UŽINA** | JOGURT , BANANA  | 21.5 | 6.0 | 3.8 | 136 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | PEČENA PILETINA S MLINCIMA , SALATA OD CIKLE I MRKVE , BISKVITNI KOLAČ S VIŠNJAMA  | 85.5 | 22.1 | 26.0 | 666 | Gluten(S), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(T), Jaja(S) |
| **UŽINA** | INTEGRALNI DVOPEK S MASLACEM I PEKMEZOM  | 28.6 | 5.7 | 6.5 | 202 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI, RIZI BIZI S MRKVOM , MIJEŠANA SALATA , BISTRA RIBLJA JUHA S TARANOM  | 76.8 | 25.3 | 22.3 | 610 | Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Gluten(T), Rakovi(T), Celer(S) |
| **UŽINA** | PUDING OD ČOKOLADE  | 19.4 | 6.9 | 6.7 | 166 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T) |