|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 14.11.-17.11.2022.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **DORUČAK** | PUTER ŠTANGICA SA SIRNIM NAMAZOM  | 36.2 | 6.1 | 4.4 | 209 | Gluten, Jaja, Goruščica, Mlijeko, Orašidi, Sezam, Sumporni dioksid, Lupina, Laktoza |
| **RUČAK** | MESNA ŠTRUCA, PIRE KRUMPIR I ŠPINAT , NARANČA KOMAD , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA  | 72.7 | 24.3 | 30.6 | 651 | Celer, Gluten, Laktoza, Jaja, Gluten, Jaja, Mlijeko, Celer |
| **UTORAK** | **DORUČAK** | SENDVIČ S JAJEM I SIROM  | 25.3 | 11.0 | 8.5 | 222 | Jaja, Gluten, Jaja, Sezam, Lupina, Soja, Mlijeko |
| **RUČAK** | VARIVO OD MAHUNA S JEČMOM, POLUBIJELI KRUH 1 ŠNITA, KOLAČ OD KEKSA I ŠUMSKOG VOĆA | 101,7 | 18,0 | 21,6 | 670 | Celer, gluten, soja, jaja, mlijeko, sezam, lupina, laktoza |
| **SRIJEDA** | **DORUČAK** | PALAČINKA S MARMELADOM (ŠIPAK) , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica) | 29.2 | 6.4 | 6.0 | 191 | Jaja, Laktoza, Gluten, Jaja, Mlijeko, Sumporni dioksid |
| **RUČAK** | KREM JUHA OD BATATA I BUTTERNUT TIKVICE , RIŽOTO S PILETINOM NA BIJELO , SALATA KRASTAVCI KISELI , ČAJNI KOLUTIĆI  | 76.0 | 18.0 | 28.1 | 631 | Laktoza, Mlijeko, Celer, Jaja, Goruščica, Laktoza, Gluten, Soja, Orašidi |
| **ČETVRTAK** | **DORUČAK** | POLUBIJELI KRUH, ŠUNKA I SIR  | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Gluten, Jaja, Soja, Mlijeko, Sezam, Lupina, Celer |
| **RUČAK** | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, BANANA KOMAD , SALATA OD CIKLE I MRKVE  | 97.3 | 22.2 | 19.8 | 650 | Gluten, Jaja, Soja, Mlijeko, Sezam, Lupina |
| **PETAK** | **DORUČAK** |  |  |  |  |  |  |
| **RUČAK** |  |  |  |  |  |  |