|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 20.3.-24.3.2023.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **DORUCAK** | KRUH S MASLACEM I DŽEMOM (MIJEŠANO VOĆE)  | 28.4 | 4.5 | 6.5 | 192 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |
| **RUČAK** | ZELENA SALATA , POLUBIJELI KRUH 1 I POL ŠNITA , ČAJNI KOLUTIĆI , VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM  | 83.0 | 19.8 | 25.0 | 637 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Orašidi(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **UTORAK** | **DORUČAK** | POLUBIJELI KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I ŠUNKOM  | 26.3 | 8.2 | 3.7 | 172 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(S) |
| **RUČAK** | BISTRA GOVEĐA JUHA , SALATA KRASTAVCI KISELI , KOLAČ OD KEKSA I MALINA , TJESTENINA S MLJEVENIM JUNEĆIM MESOM  | 76.6 | 26.7 | 24.2 | 636 | Gluten(S), Celer(S), Goruščica(S), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Sezam(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **SRIJEDA** | **DORUČAK** | POLUBIJELI KRUH SA MASLACEM OD KIKIRIKIJA  | 26.1 | 7.4 | 5.8 | 186 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Kikiriki(S), Orašidi(T) |
| **RUČAK** | ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, VARIVO OD SLANUTKA I TJESTENINE, S DIMLJENOM SLANINOM , BISKVITNI KOLAČ S KIKIRIKI MASLACEM , ZELENA SALATA  | 89.2 | 19.5 | 25.3 | 671 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Kikiriki(S), Orašidi(T) |
| **ČETVRTAK** | **DORUČAK** | SENDVIČ S JAJEM I KISELIM KRASTAVCIMA  | 25.6 | 9.2 | 8.4 | 217 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Goruščica(S) |
| **RUČAK** | PEČENA PILETINA I PIRE KRUMPIR , ZELENA SALATA S KUKURUZOM , BISTRA JUHA OD KORJENASTOG POVRĆA I BUNDEVE , MLIJEČNI SLADOLED  | 76.6 | 24.4 | 28.0 | 642 | Celer(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Gluten(T), Jaja(T), Kikiriki(T), Orašidi(T) |
| **PETAK** | **DORUČAK** | ŠKOLSKI KRUH S DŽEMOM OD MARELICA  | 28.2 | 4.5 | 6.5 | 192 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |
| **RUČAK** | RIŽOTO S KOZICAMA , KOLAČ OD KEKSA I ŠUMSKOG VOĆA , ZELENA SALATA S RADIĆEM  | 78.5 | 21.8 | 22.8 | 604 | Rakovi(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Sezam(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T) |