|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 11.11. – 15.11.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | KUKURUZNA KRUPICA - ŽGANCI SA SIROM , VOĆE , JOGURT ČAŠICA | 55.4 | 15.8 | 11.8 | 383 | Jaja(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(T) |
| **POPODNE** | ŠKOLSKI KRUH SA MASLACEM OD KIKIRIKIJA , VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM  | 56.5 | 17.3 | 16.3 | 442 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Kikiriki(S), Orašidi(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | JUNEĆI PERKELT I PIRE KRUMPIR , VOĆE | 46.1 | 14.5 | 14.1 | 359 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **POPODNE** | INTEGRALNI ŠARENI SENDVIČ , VOĆE , KISELO MLIJEKO  | 57.5 | 19.0 | 10.5 | 392 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | ORZOTO OD SVINJETINE I ŠPINATA , ZELENA SALATA S MRKVOM , VOĆE | 51.1 | 15.3 | 15.2 | 404 | Gluten(S), Soja(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | KUKURUZNE PAHULJICE S JOGURTOM I SUHIM MARELICAMA , VOĆE | 65.6 | 14.8 | 11.9 | 427 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(S), Gluten(T) |
| **ČETVRTAK** | **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** | VOĆE , PALAČINKA SA SVJEŽIM SIROM , MLIJEKO ČAŠICA | 55.7 | 19.0 | 15.0 | 426 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | RIBLJI ŠTASPIĆI, KRUMPIR SALATA, VOĆE -jelo u probi |  |  |  |  |  |
| **POPODNE** | KRUH (ŠNITA I POL) S MASLACEM I MARMELADOM , VOĆE , MLIJEKO  | 64.9 | 14.1 | 14.9 | 450 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |