|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 18.12. – 22.12.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | KUKURUZNA KRUPICA - ŽGANCI SA SIROM , JOGURT ČAŠICA, VOĆE | 55.4 | 15.8 | 11.8 | 383 | Jaja(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(T) |
| **POPODNE** | ČUPAVI SENDVIČ , VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM  | 57.2 | 15.8 | 15.5 | 429 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **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** | TJESTENINA SA SIROM , SALATA OD CIKLE I MRKVE , VOĆE | 59.6 | 16.8 | 14.6 | 435 | Celer(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(S) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NOKLICAMA, KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , VOĆE | 57.9 | 16.1 | 10.5 | 389 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **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) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | PILETINA U UMAKU OD GRAŠKA I MRKVE, PIRE KRUMPIR , KUPUS SALATA , VOĆE  | 47.6 | 13.9 | 14.9 | 372 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , VOĆE , JOGURT ČAŠICA  | 65.4 | 19.5 | 13.3 | 445 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | KROASAN , VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM  | 58.4 | 13.5 | 15.7 | 425 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(S), Riba(T), Orašidi(T), Laktoza(S), Gluten(S) |
| **POPODNE** | ­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  |  |  |  |  |