|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 25.9. - 29.9.2023.** | | | | | | | |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | GRIZ NA MLIJEKU S DŽEMOM , VOĆE | 65.3 | 13.4 | 7.6 | 380 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |
| **POPODNE** | SIRNI NAMAZ S VLASCEM NA KRUHU , KEFIR , VOĆE | 56.8 | 16.9 | 15.5 | 438 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **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** | CRVENI SENDVIČ , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (šipak), VOĆE | 72.0 | 17.4 | 9.3 | 436 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Goruščica(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | VARIVO OD KELJA I PURETINE , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , VOĆE | 52.2 | 14.8 | 11.6 | 369 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), 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) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | PEČENI PILEĆI BATAK, ZABATAK S MLINCIMA , VOĆE , ZELENA SALATA | 49.2 | 18.3 | 13.3 | 390 | Gluten(S), Jaja(S) |
| **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) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | RIŽOTO S TIKVICAMA , KUPUS SALATA , VOĆE | 48.3 | 9.4 | 13.7 | 353 | Jaja(S), Mlijeko(S), Celer(S), Laktoza(T) |
| **POPODNE** | SAVITAK S JABUKAMA, VOĆE, JOGURT ČAŠICA | 57.9 | 10.4 | 16.1 | 410 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |