|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 28.10. – 31.10.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA CARBONARA , VOĆE , ZELENA SALATA  | 49.7 | 15.6 | 11.1 | 364 | Gluten(S), Jaja(S), Laktoza(T), Mlijeko(S), Celer(S) |
| **POPODNE** | ŠKOLSKI SENDVIČ U BOJAMA , VOĆE , BIJELA KAVA S MEDOM  | 58.1 | 19.5 | 14.7 | 440 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE I PIRE KRUMPIR , MALA VOĆE | 50.7 | 13.1 | 15.8 | 392 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Jaja(S) |
| **POPODNE** | ŠTRUKLI SA SIROM, voće – jelo u probi |  |  |  |  |  |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | RIŽOTO S PURETINOM , CRVENI KUPUS SALATA , VOĆE | 57.1 | 13.9 | 12.6 | 394 |  |
| **POPODNE** | ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni), PUDING OD ČOKOLADE SA CHIA PUDINGOM I GROŽĐICAMA , voće | 66.7 | 15.1 | 14.4 | 455 | Gluten(T), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(S) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | PEČENA PILETINA S NJOKIMA U UMAKU OD ŠPINATA , VOĆE , SALATA KRASTAVCI KISELI | 44.8 | 14.5 | 12.7 | 356 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Goruščica(S) |
| **POPODNE** | VOĆE, SIRNI NAMAZ SA SLANINOM , JOGURT ČAŠICA  | 56.1 | 15.0 | 17.5 | 436 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | VARIVO OD MIJEŠANIH MAHUNARKI , ŠKOLSKI KRUH 1/2 ŠNITE, VOĆE | 56.5 | 15.0 | 11.2 | 388 | Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | 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) |