|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 30.9. – 4.10.2024.** |
| **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** | ČOKOLADNI NAMAZ NA KRUHU , MLIJEKO , VOĆE | 56.0 | 12.6 | 15.8 | 419 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Kikiriki(T), Sezam(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** | 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) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | VARIVO OD GRAŠKA I POVRĆA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH 1/2 ŠNITE, VOĆE | 63.1 | 9.8 | 9.2 | 378 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Soja(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | OKRUGLICE OD ŠLJIVA, VOĆE – JELO U PROBI |  |  |  |  |  |
| **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** | TJESTENINA S TUNOM I ĐUVEČEM ,VOĆE , CIKLA SALATA  | 45.2 | 17.3 | 12.9 | 370 | Riba(S), Gluten(S), Jaja(T), Celer(T), Gluten(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) |