|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 25.-29.11.2024. ujutro RN, popodne PN** | | | | | | | |
| DAN | SMJENA | NAZIV OBROKA | HRANJIVE VRIJEDNOSTI | | | | ALERGENI |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| PONEDJELJAK | UJUTRO | ŠTRUKLI SA SIROM - jelo u probi |  |  |  |  |  |
| POPODNE | TJESTENINA SA SIROM , SALATA OD CIKLE I MRKVE , KRUŠKA KOMAD | 59.6 | 16.8 | 14.6 | 435 | Celer(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(S) |
| UTORAK | UJUTRO | RIŽOTO S PORILUKOM , RAJČICA SALATA , MANDARINE DVIJE | 63.3 | 11.5 | 14.2 | 425 | Jaja(S), Mlijeko(S), Celer(S) |
| POPODNE | ČOKOLADNI NAMAZ NA KRUHU , MALA JABUKA KOMAD , MLIJEKO | 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) |
| SRIJEDA | UJUTRO | TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA KRASTAVCI KISELI , MANDARINE DVIJE | 57.6 | 17.6 | 15.3 | 441 | Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(S) |
| POPODNE | CRVENI SENDVIČ , KEFIR , NARANČA KOMAD | 72.0 | 17.4 | 9.3 | 436 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), |
| ČETVRTAK | UJUTRO | PILETINA U UMAKU OD GRAŠKA I MRKVE, PIRE KRUMPIR , KUPUS SALATA , KRUŠKA KOMAD | 54.1 | 16.9 | 16.7 | 426 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| POPODNE | SIRNI NAMAZ S VLASCEM NA KRUHU , KEFIR , JABUKA KOMAD | 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) |
| PETAK | UJUTRO | VARIVO OD KELJA , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, MALA JABUKA KOMAD | 70.0 | 13.5 | 12.2 | 439 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| POPODNE | SAVITAK S JABUKAMA, JOGURT ČAŠICA, MARELICA 1 KOMAD | 69.4 | 15.9 | 14.3 | 458 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |