|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 6.11. – 10.11.2023.** |
| **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** | SEKELI GULAŠ SA SVINJETINOM I KUHANI KRUMPIR ,VOĆE | 54.4 | 14.1 | 14.4 | 395 | Sumporni dioksid(S), Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | TJESTENINA S JUNETINOM I KORJENASTIM POVRĆEM , KUPUS SALATA , VOĆE | 56.7 | 17.6 | 16.5 | 446 | Gluten(S), Jaja(T), Celer(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | ĐUVEČ S PURETINOM , SALATA KUPUS KISELI, VOĆE  | 49.1 | 16.5 | 12.8 | 388 | Celer(T), Gluten(T), Sumporni dioksid(S) |
| **POPODNE** | VARIVO OD KELJA I PURETINE , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , VOĆE | 63.1 | 16.5 | 12.9 | 431 | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **ČETVRTAK** | **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** | GRIZ NA MLIJEKU S ČOKOLADOM , MALA VOĆE | 63.3 | 14.2 | 12.4 | 422 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Gluten(T) |
| **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** | SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KAKAO S MEDOM , VOĆE | 66.1 | 11.3 | 14.2 | 437 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |