|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA BRAĆA RIBAR, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 17.6.-21.6.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U./g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | PEČENA SVINJETINA, PIRE KRUMPIR, MRKVA I GRAŠAK NA GUSTO , JUHA OD RAJČICE , BANANA - 100 | 92.4 | 29.7 | 21.2 | 666 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S) |
| **UŽINA** | KRUH S MLIJEČNIM NAMAZOM - 71 | 25.3 | 5.1 | 5.2 | 171 | Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | VARIVO OD KUPUSA U RAJČICI S PILETINOM , SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA , ŠKOLSKI KRUH - 83 | 82.3 | 23.3 | 27.1 | 668 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) - 82 | 21.4 | 3.9 | 5.1 | 144 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | SVINJETINA S HELJDOM I POVRĆEM , SALATA CIKLA , BISKVITNI KOLAČ SA ŠLJIVOM I CIMETOM - 191 | 76.5 | 20.2 | 24.3 | 610 | Gluten(T), Celer(T), Gluten(T), Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S) |
| **UŽINA** | ŠKOLSKI KRUH S MASLACEM I NAMAZOM OD MARELICE - 58 | 28.2 | 4.5 | 6.5 | 192 | Sumporni dioksid(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | PANIRANI PILEĆI ODREZAK I PIRE KRUMPIR , COLESLAW SALATA , JAGODE - 113 | 75.1 | 26.9 | 26.2 | 631 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Sezam(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Goruščica(S) |
| **UŽINA** | MLIJEKO , PETIT BEURE - 122 | 20.4 | 7.6 | 7.0 | 175 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | PEČENE LIGNJE, RESTANI KRUMPIR S LIMUNOM I KOPROM , ŠKOLSKI KRUH , ZELENA SALATA S ROTKVICOM , MLIJEČNI SLADOLED - 105 | 96.7 | 23.5 | 19.6 | 648 | Celer(T), Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | JOGURT , BANANA - 49 | 21.5 | 6.0 | 3.8 | 136 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |