|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA BRAĆA RIBAR, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 17. 02. - 21. 2. 2025.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | MEKSIČKI RIŽOTO SA SVINJETINOM , MIJEŠANA SALATA , JUHA OD RAJČICE , ČAJNI KOLUTIĆI - 52 | 80.6 | 19.3 | 25.6 | 637 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | JOGURT , BANANA - 49 | 21.5 | 6.0 | 3.8 | 136 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | PANIRANI PILEĆI ODREZAK S RIZI BIZIJEM , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA , SALATA KUPUS I RAJČICA - 114 | 74.5 | 30.2 | 21.4 | 615 | Jaja(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(S) |
| **UŽINA** | MLIJEKO , PETIT BEURE - 122 | 20.4 | 7.6 | 7.0 | 175 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | VARIVO OD KUPUSA S JUNETINOM , POLUBIJELI KRUH , KOLAČ OD KEKSA I MALINA - 82 | 83.6 | 25.9 | 24.0 | 650 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Gluten(T) |
| **UŽINA** | PUTER ŠTANGICA SA SIRNIM NAMAZOM - 81 | 36.2 | 6.1 | 4.4 | 209 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | TJESTENINA S RAJČICOM , KUPUS SALATA , MRAMORNI KOLAČ , KREM JUHA OD GRAŠKA - 143 | 89.7 | 19.6 | 25.6 | 677 | Gluten(S), Soja(T), Celer(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T) |
| **UŽINA** | SAVIJAČA OD SIRA - 66 | 21.6 | 6.0 | 7.5 | 178 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Celer(T) |
| **PETAK** | **RUČAK** | KREM JUHA OD CVJETAČE , PEČENE LIGNJE S PIRJANIM KREMASTIM POVRĆEM , KOMPOT OD ANANASA, ZELENA SALATA S RADIĆEM - 14 | 82.2 | 26.7 | 24.0 | 649 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Gluten(T), Celer(T), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Laktoza(S) |
| **UŽINA** | INTEGRALNI DVOPEK SA SIRNIM NAMAZOM - 60 | 26.0 | 6.3 | 5.0 | 181 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S) |