|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA BRAĆA RIBAR, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 31. 3. - 4. 4.2025.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAŠKA SA SVINJETINOM , KUKURUZNI KRUH, BISKVITNI KOLAČ S ROGAČEM - 79 | 86.2 | 23.8 | 20.2 | 626 | Celer(S), Celer(T), Gluten(S), Goruščica(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(S), Lupina(T), Jaja(S), Mlijeko(T) |
| **UŽINA** | ŠKOLSKI KRUH S MASLACEM I MARMELADOM ŠIPAK - 69 | 28.2 | 4.5 | 6.5 | 192 | Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | PUREĆI PERKELT I PIRE KRUMPIR , SALATA OD CIKLE I MRKVE, SAVIJAČA S VIŠNJAMA - 67 | 78.6 | 24.1 | 24.4 | 625 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(T), Soja(T), Sezam(T) |
| **UŽINA** | JOGURT , BANANA - 49 | 21.5 | 6.0 | 3.8 | 136 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | RIŽOTO S TIKVICAMA , SALATA KUPUS MIJEŠANI , BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA , ČAJNI KOLUTIĆI - 154 | 78.4 | 17.7 | 25.7 | 617 | Jaja(S), Mlijeko(S), Laktoza(T), Celer(T), Celer(S), Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T) |
| **UŽINA** | PUTER ŠTANGICA S MLIJEČNIM NAMAZOM - 84 | 36.4 | 5.7 | 4.1 | 205 | Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , KISELI KRASTAVCI , BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM , KUKURUZNI KRUH - 73 | 74.4 | 20.1 | 25.5 | 612 | Sumporni dioksid(S), Celer(T), Goruščica(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Jaja(S), Orašidi(T), Lupina(T) |
| **UŽINA** | CHIA KIFLIĆ , JOGURT - 82 | 21.9 | 8.9 | 8.7 | 196 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | TJESTENINA S PLODOVIMA MORA U UMAKU OD RAJČICE , SALATA OD CIKLE I MRKVE , SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA - 142 | 84.0 | 18.2 | 20.9 | 602 | Celer(T), Gluten(T), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Rakovi(S), Riba(S), Sumporni dioksid(T), Mekušci(S), Gluten(S), Gluten(T) |
| **UŽINA** | PUDING OD ČOKOLADE - 114 | 19.4 | 6.9 | 6.7 | 166 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T) |