|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA BRAĆA RIBAR, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 31. 3. - 11. 4. 2025.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | KEFIR , VOĆE , PIZZA ZDRAVA - 10 | 63.2 | 19.4 | 14.2 | 448 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **POPODNE** | KRUH (ŠNITA I POL) S MASLACEM I MARMELADOM , VOĆE , MLIJEKO - 7 | 64.9 | 14.1 | 14.9 | 450 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | JUNEĆI PERKELT I PIRE KRUMPIR , VOĆE - 4 | 53.3 | 16.6 | 17.9 | 429 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **POPODNE** | TJESTENINA CARBONARA , VOĆE , ZELENA SALATA - 41 | 53.7 | 19.8 | 14.3 | 426 | Gluten(S), Jaja(S), Laktoza(T), Mlijeko(S), Celer(S) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, VOĆE - 10 | 53.3 | 18.3 | 15.9 | 428 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | RIŽOTO S PURETINOM , CRVENI KUPUS SALATA , VOĆE - 31 | 61.3 | 16.3 | 15.2 | 444 |  |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | GULAŠ OD SVINJETINE SA PALENTOM , VOĆE - 12 | 70.1 | 15.8 | 11.8 | 443 | Gluten(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | VOĆE , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , FINO VARIVO OD JUNETINE I POVRĆA - 58 | 57.0 | 19.3 | 15.2 | 438 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA S KOZICAMA , ZELENA SALATA S MRKVOM , VOĆE - 49 | 55.7 | 18.8 | 14.0 | 424 | Gluten(S), Rakovi(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **POPODNE** | ZVRK SA SIROM , VOĆE , KISELO MLIJEKO - 25 | 53.8 | 14.7 | 17.1 | 432 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Mlijeko(S) |