|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA BRAĆA RIBAR, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 2. 6. - 13. 6. 2025.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE , VOĆE - 19 | 59.5 | 11.6 | 8.1 | 361 | Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S) |
| **POPODNE** | SENDVIČ S AJVAROM, ŠUNKOM I SIROM , KEFIR , VOĆE - 80 | 47.6 | 17.4 | 12.8 | 374 | Celer(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S) |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | PEČENI PILEĆI BATAK, ZABATAK S MLINCIMA , VOĆE, ZELENA SALATA - 26 | 49.2 | 18.3 | 13.3 | 390 | Gluten(S), Jaja(S) |
| **POPODNE** | FINO VARIVO OD JUNETINE I POVRĆA , VOĆE, KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA - 58 | 53.8 | 16.3 | 12.5 | 389 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | VARIVO OD SLANUTKA I POVRĆA , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA - 8 | 58.7 | 9.4 | 12.5 | 383 | Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | TJESTENINA SA SIROM , SALATA OD CIKLE I MRKVE , VOĆE - 82 | 55.2 | 14.8 | 12.2 | 388 | Celer(T), Gluten(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S) |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | RIŽOTO SA SVINJETINOM , SALATA SVJEŽA PAPRIKA, VOĆE - 39 | 54.9 | 13.5 | 13.2 | 390 |  |
| **POPODNE** | PILEĆI PAPRIKAŠ S NJOKIMA , VOĆE - 11 | 48.2 | 12.8 | 13.8 | 363 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **UJUTRO** | TJESTENINA S RAJČICOM , KUPUS SALATA , VOĆE - 50 | 52.2 | 11.5 | 11.9 | 361 | Gluten(S), Soja(T), Celer(T), Jaja(S), Mlijeko(S) |
| **POPODNE** | KROASAN, VOĆE, MLIJEKO - 9 | 50.8 | 12.4 | 14.9 | 382 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(S), Riba(T), Orašidi(T), Laktoza(S) |