

JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA VIKTOROVAC, GRAD SISAK
HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU

TJEDAN 20.11.-24.11.2023.

DAN	OBROK	NAZIV OBROKA	HRANJIVE VRIJEDNOSTI				ALERGENI
			U/g	B /g	M/g	E/kcal	
PONEDJELJAK	DORUČAK	GRAHAM PECIVO S MLIJEČNIM NAMAZOM, ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica)	36.7	5.9	3.3	187	Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S)
	RUČAK	VARIVO OD GRAŠKA S NJOKIMA, SAVIJAČA S VIŠNJAMA, ŠKOLSKI KRUH ŠNITA I POL	109.0	15.9	17.5	663	Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S)
	UŽINA	GRAHAM PECIVO S MLIJEČNIM NAMAZOM, ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica)	36.7	5.9	3.3	187	Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S)
UTORAK	DORUČAK	ŠKOLSKI KRUH S DŽEMOM OD MARELICA	28.2	4.5	6.5	192	Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S)
	RUČAK	RIŽOTO S PILETINOM, ZELENA SALATA S KUKURUZOM, BISTRA PILEĆA JUHA, ČAJNI KOLUTIĆI	79.0	19.5	27.8	648	Gluten(S), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T)
	UŽINA	ŠKOLSKI KRUH S DŽEMOM OD MARELICA	28.2	4.5	6.5	192	Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S)

Jelovnici su podložni promjenama. Na promjene moguće utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promijene u kuhinji. Označavanje jelovnika je u skladu s direktivom EU 1169/2011. Za dodatne informacije o jelovnicima i normativima, obratite se upravi osnovne škole. U/g – Ugljikohidrati (g), B/g - Bjelančevine (g), M/g – Masti (g), E/kcal Energetska vrijednost (kcal)

SRIJEDA	DORUČAK	POLUBIJELI KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I ŠUNKOM	26.3	8.2	3.7	172	Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(S)
	RUČAK	ZELENA SALATA, POLUBIJELI KRUH 1 I POL ŠNITA, ČAJNI KOLUTIĆI, VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM	83.0	19.8	25.0	637	Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Orašidi(T), Celer(T), Gluten(T)
	UŽINA	POLUBIJELI KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I ŠUNKOM	26.3	8.2	3.7	172	Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(S)
ČETVRTAK	DORUČAK	BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM	26.5	4.4	7.4	196	Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T)
	RUČAK	POHANA PILETINA I MLINCI S BUČINIM ULJEM, SALATA OD CIKLE I MRKVE, BISTRA JUHA OD KORJENASTOG POVRĆA I BUNDEVE	78.8	24.8	26.4	652	Gluten(S), Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(S), Celer(T), Gluten(T)
	UŽINA	BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM	26.5	4.4	7.4	196	Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T)
PETAK	DORUČAK	CHIA KIFLIĆ, JOGURT ČAŠICA	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)
	RUČAK	PANIRANI OSLIĆ S PIRE KRUMPIROM, KUPUS SALATA, JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA	76.1	26.3	25.8	612	Gluten(S), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Laktoza(S), Mlijeko(S),

							Gluten(T), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S)
	UŽINA	CHIA KIFLIĆ, JOGURT ČAŠICA	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)