

## JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA VIKTOROVAC, GRAD SISAK

### HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU

TJEDAN: 16.10.2023.-27.10.2023.

| DAN         | SMJENA  | NAZIV OBROKA   | HRANJIVE VRIJEDNOSTI |      |      |        | ALERGENI   |
|-------------|---------|--|----------------------|------|------|--------|--|
|             |         |  | U/g                  | B /g | M/g  | E/kcal |  |
| PONEDJELJAK | UJUTRO  | GRIZ NA MLIJEKU S ČOKOLADOM, JABUKA KOMAD                                | 62.1                 | 12.7 | 10.1 | 390    | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Gluten(T)  |
|             | POPODNE | TJESTENINA S RAJČICOM, MANDARINE DVIJE, SALATA MRKVA I KUPUS             | 60.2                 | 13.5 | 14.4 | 424    | Gluten(S), Soja(T), Celer(T), Jaja(S), Mlijeko(S)  |
| UTORAK      | UJUTRO  | CRVENI SENDVIČ, KEFIR, NARANČA KOMAD                                     | 50.9                 | 18.7 | 12.5 | 387    | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Goruščica(S), Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
|             | POPODNE | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , MANDARINE DVIJE , ŠKOLSKI KRUH ŠNITA I POL | 60.6                 | 15.9 | 15.8 | 451    | Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T)  |
| SRIJEDA     | UJUTRO  | KRUH S MASLACOM I MEDOM, JABUKA KOMAD, KAKAO S MEDOM                     | 56.2                 | 11.6 | 12.7 | 388    | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S)                          |
|             | POPODNE | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE I PIRE KRUMPIR, MALA JABUKA KOMAD               | 56.0                 | 14.9 | 18.3 | 442    | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Jaja(S)                            |
| ČETVRTAK    | UJUTRO  | KRUH SA CRVENIM SIROM I ŠUNKOM, JOGURT ČAŠICA, JABUKA KOMAD              | 48.0                 | 14.8 | 7.4  | 313    | Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S)                           |

Jelovnici su podložni promjenama. Na promjene moguće utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene 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)

|              |                |  |      |      |      |     |  |
|--------------|----------------|--|------|------|------|-----|--|
|              | <b>POPODNE</b> | VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM, ŠKOLSKI KRUH I ŠNITA, KRUŠKA KOMAD | 53.3 | 18.3 | 15.9 | 428 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T)      |
| <b>PETAK</b> | <b>UJUTRO</b>  | PIZZA ZDRAVA, BANANA KOMAD, KEFIR                                | 56.8 | 16.5 | 12.7 | 398 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Mlijeko(S), Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
|              | <b>POPODNE</b> | RIŽOTO S LIGNJAMA, RAJČICA SALATA, MANDARINE DVIJE               | 63.0 | 15.6 | 13.3 | 435 | Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Celer(T), Gluten(T)                                    |