

JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA VIKTOROVAC, GRAD SISAK

HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU

TJEDAN: 18.03.-27.03.2024.

DAN	SMJENA	NAZIV OBROKA	HRANJIVE VRIJEDNOSTI				ALERGENI
			U/g	B /g	M/g	E/kcal	
PONEDJELJAK	UJUTRO	ŠKOLSKI KRUH SA SVJEŽIM SIROM, VRHNJEM I MLJEVENIM LANOM , JOGURT ČAŠICA, VOĆE	50.6	15.8	13.9	385	Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Celer(T), Gluten(T)
	POPODNE	VARIVO OD GRAŠKA I POVRĆA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, VOĆE	74.5	11.9	10.4	445	Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Soja(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T)
UTORAK	UJUTRO	ŠKOLSKI KRUH S MASLACEM I KUHANIM JAJEM , VOĆE , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica)	45.7	12.4	13.1	349	Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S)
	POPODNE	RIŽOTO SA SVINJETINOM , SALATA SVJEŽA PAPIKA, VOĆE	59.0	14.9	15.5	433	
SRIJEDA	UJUTRO	KRUH SA CRVENIM SIROM I ŠUNKOM , JOGURT ČAŠICA, VOĆE	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)
	POPODNE	TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA KRASTAVCI KISELI , VOĆE	57.6	17.6	15.3	441	Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(S)
ČETVRTAK	UJUTRO	TOPLI ZAPEČENI SENDVIČ IZ KONVEKTOMATA , JOGURT ČAŠICA, VOĆE	46.3	17.0	13.2	363	Celer(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T),

							Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S)
	POPODNE	VOĆE , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , FINO VARIVO OD JUNETINE I POVRĆA	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	KROASAN , VOĆE , MLIJEKO	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)
	POPODNE	RIBLJI ŠTAPIĆI UZ KUHANO MIJEŠANO POVRĆE , SALATA RIKOLA , VOĆE	52.3	16.4	18.2	434	Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Celer(T), Gluten(T)