

JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA VIKTOROVAC, GRAD SISAK

HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU

TJEDAN: 19.11.-29.11.2024.

DAN	SMJENA	NAZIV OBROKA	HRANJIVE VRIJEDNOSTI				ALERGENI
			U/g	B /g	M/g	E/kcal	
PONEDJELJAK	UJUTRO	SIRNI NAMAZ S VLASCEM NA KRUHU , KEFIR , VOĆE	50.9	14.0	12.8	377	Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T)
	POPODNE	VARIVO OD PORILUKA , ŠKOLSKI KRUH ŠNITA I POL, VOĆE	68.5	11.6	12.9	434	Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T)
UTORAK	UJUTRO	INTEGRALNI ŠARENI SENDVIČ , VOĆE , JOGURT ČAŠICA	52.3	17.3	7.7	328	Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S)
	POPODNE	TJESTENINA S MLJEVENIM JUNEĆIM MESOM , VOĆE , SALATA RIKOLA	57.8	18.3	13.3	423	Gluten(S), Soja(T), Celer(T), Gluten(T), Celer(S)
SRIJEDA	UJUTRO	KUKURUZNE PAHULJICE S JOGURTOM I MEDOM , VOĆE	63.0	13.3	10.3	396	Gluten(T), Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S)
	POPODNE	VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM , VOĆE , 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)
ČETVRTAK	UJUTRO	CRVENI ZALOGAJ , BIJELA KAVA S MEDOM , VOĆE	57.4	13.5	9.4	368	Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S)

	POPODNE	JUNEĆI PERKELT I PIRE KRUMPIR , VOĆE	53.3	16.6	17.9	429	Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T)
PETAK	UJUTRO	NAMAZ OD TUNE NA KRUHU , KAKAO S MEDOM , VOĆE	44.9	16.0	12.8	360	Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Riba(S), Laktoza(S), Mlijeko(S)
	POPODNE	RIŽOTO S KOZICAMA , ZELENA SALATA , VOĆE	58.2	16.0	14.6	430	Rakovi(S), Celer(T), Gluten(T)