

JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA IVANA ANTOLČIĆA, GRAD SISAK

HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU

TJEDAN: 19.11. – 22.11.2023.

DAN	OBROK	NAZIV OBROKA	HRANJIVE VRIJEDNOSTI				ALERGENI
			U/g	B/g	M/g	E/kcal	
PONEDJELJAK	DORUČAK						
	RUČAK						
	UŽINA						
UTORAK	DORUČAK	ĐAČKI INTEGRALNI SENDVIČ , VOĆE , JOGURT	65.4	19.5	13.3	445	Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S)
	RUČAK	GULAŠ OD JUNETINE S BULGUROM , SALATA , KOLAČ OD KEKSA I ŠUMSKOG VOĆA	78.2	24.1	25.9	643	Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Sezam(T), Gluten(T), Celer(T)
	UŽINA	BANANA , KEFIR	25.0	8.1	7.2	194	Laktoza(S), Mlijeko(S)
SRIJEDA	DORUČAK	KUKURUZNE PAHULJICE S JOGURTOM I MEDOM , VOĆE	78.4	14.1	10.6	460	Gluten(T), Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S)
	RUČAK	SARMA OTVORENA I PIRE KRUMPIR ,VOĆE	62.0	14.8	16.2	448	Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Sumporni dioksid(S)
	UŽINA	PUDING OD VANILJE	19.8	6.6	6.4	164	Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T)
ČETVRTAK	DORUČAK	SAVIJAČA OD SIRA , JOGURT ČAŠICA , BANANA KOMAD	69.4	15.9	14.3	458	Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T)

	RUČAK	PEČENI PILEĆI BATAK, ZABATAK S MLINCIMA , SALATA , VOĆE	57.2	20.3	13.6	433	Gluten(S), Jaja(S)
	UŽINA	BISKVITNI KOLAČ S MAKOM	24.5	3.9	6.8	177	Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S)
PETAK	DORUČAK	ŠKOLSKI KRUH S MASLACEM I NAMAZOM OD MARELICE	28.2	4.5		192	Sumporni dioksid(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T)
	RUČAK	RIŽOTO S PORILUKOM , RAJČICA SALATA , MANDARINE DVIJE	63.3	11.5	14.2	425	Jaja(S), Mlijeko(S), Celer(S)
	UŽINA	PUDING OD ČOKOLADE	19.4	6.9		1 6 6	Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T)