|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA REDOVNU NASTAVU: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 13.11.2023.-17.11.2023. PŠ HRASTELNICA** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **P/g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **UJUTRO** | **INTEGRALNI ŠARENI SENDVIČ , VOĆE KOMAD , 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** | **INTEGRALNI ŠARENI SENDVIČ , VOĆE KOMAD , JOGURT ČAŠICA** | 52.3 | 17.3 | 7.7 | 328 |
| **UTORAK** | **UJUTRO** | **SARMA OTVORENA I PIRE KRUMPIR , VOĆE KOMAD**  | 52.4 | 12.9 | 14.9 | 392 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Sumporni dioksid(S) |
| **POPODNE** | **SARMA OTVORENA I PIRE KRUMPIR , VOĆE KOMAD**  | 52.4 | 12.9 | 14.9 | 392 |  |  |  |  |
| **SRIJEDA** | **UJUTRO** | **VARIVO OD GRAŠKA I POVRĆA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH 1/2 ŠNITE, VOĆE KOMAD**  | 63.1 | 9.8 | 9.2 | 378 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Soja(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNE** | **VARIVO OD GRAŠKA I POVRĆA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH 1/2 ŠNITE, VOĆE KOMAD**  | 63.1 | 9.8 | 9.2 | 378 |
| **ČETVRTAK** | **UJUTRO** | **RIŽOTO S PURETINOM , CRVENI KUPUS SALATA , VOĆE KOMAD**  | 57.1 | 13.9 | 12.6 | 394 |  |
| **POPODNE** | **RIŽOTO S PURETINOM , CRVENI KUPUS SALATA , VOĆE KOMAD**  | 57.1 | 13.9 | 12.6 | 394 |
| **PETAK** | **UJUTRO** | **PANIRANI OSLIĆ S PIRJANIM MAHUNAMA I KRUMPIROM , VOĆE KOMAD , ZELENA SALATA**  | 48.9 | 15.8 | 13.6 | 364 | Gluten(S), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **POPODNE** | **PANIRANI OSLIĆ S PIRJANIM MAHUNAMA I KRUMPIROM , VOĆE KOMAD , ZELENA SALATA**  | 48.9 | 15.8 | 13.6 | 364 |