| **JELOVNIK DJEČJI VRTIĆ SISAK STARI****HEALTHY MEAL STANDARD Kindergarten MENU** |
| --- |
| **TJEDAN: 09.10.-13.10.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E /kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **DORUČAK** | BIJELA KAVA, PEČENO JAJE, RAJČICA REZANA, ŠNITA I POL KRUHA | 42.0 | 18.5 | 13.4 | 363 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Jaja(S) |
| **JUTARNJA UŽINA** | JABUKA | 10.0 | 0.0 | 0.0 | 40 |  |
| **RUČAK** | VARIVO OD MIJEŠANIH MAHUNARKI, SALATA OD MIJEŠANOG KUPUSA, 1 ŠNITA KRUHA, PETIT BEURE (117) | 62.2 | 13.2 | 17.0 | 462 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Soja(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNEVNA UŽINA** | BISKVITNI KOLAČ OD ČOKOLADE I ŠUMSKOG VOĆA | 22.3 | 3.2 | 6.4 | 155 | Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(T) |
| **VEČERA** | BIJELA KAVA, SIR TROKUT, KRUH | 32.2 | 11.7 | 10.2 | 271 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **DORUČAK** | MLIJEKO, KRUH SA ŠUNKICOM | 26.9 | 12.5 | 7.7 | 228 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **JUTARNJA UŽINA** | ŠLJIVE | 11.5 | 0.7 | 0.0 | 46 |  |
| **RUČAK** | JUHA OD MRKVE, RIŽOTO SA ŠPINATOM I PURETINOM, SALATA OD MIJEŠANOG KUPUSA, PETIT BEURE (126) | 68.0 | 17.4 | 18.0 | 504 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S) |
| **POPODNEVNA UŽINA** | JOGURT ČAŠICA, KRUŠKICA | 16.8 | 5.4 | 3.6 | 113 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **VEČERA** | MLIJEKO, KRUH SA ŠUNKICOM | 26.9 | 12.5 | 7.7 | 228 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **DORUČAK** | KAKAO, KRUH S NAMAZOM OD SIRA I SLANINE | 49.7 | 15.5 | 13.0 | 377 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **JUTARNJA UŽINA** | NEKTARINA | 19.8 | 1.4 | 0.0 | 80 |  |
| **RUČAK** | GRAH VARIVO S JEČMOM I SUHIM MESOM, ZELENA SALATA S MRKVOM, PETIT BEURE, 1 ŠNITA I POL KRUHA (116) | 58.8 | 13.7 | 20.7 | 478 | Gluten(S), Soja(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(S), Sezam(S), Lupina(T) |
| **POPODNEVNA UŽINA** | SAVIJAČA S JABUKOM | 21.4 | 2.5 | 6.2 | 151 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(T) |
| **VEČERA** | KAKAO, KRUH S NAMAZOM OD SIRA I SLANINE | 49.7 | 15.5 | 13.0 | 377 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **ČETVRTAK** | **DORUČAK** | KUKURUZNE I ZOBENE S MLIJEKOM | 35.9 | 10.5 | 8.3 | 265 | Celer(T), Gluten(S), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **JUTARNJA UŽINA** | JABUKA | 10.0 | 0.0 | 0.0 | 40 |  |
| **RUČAK** | GOVEĐA JUHA S TJESTENINOM, PEČENA SVINJETINA S KUHANIM KRUMPIROM I SATARAŠ, ČAJNI KOLUTIĆI (104) | 61.5 | 23.4 | 18.9 | 506 | Celer(S), Gluten(S), Soja(T), Mlijeko(T) |
| **POPODNEVNA UŽINA** | KRUH S NAMAZOM OD ČOKOLADE | 22.7 | 4.3 | 5.8 | 160 | Soja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **VEČERA** | KUKURUZNE I ZOBENE S MLIJEKOM | 35.9 | 10.5 | 8.3 | 265 | Celer(T), Gluten(S), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **DORUČAK** | BIJELA KAVA, SENDVIČ SA SIROM | 32.5 | 12.0 | 13.2 | 296 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **JUTARNJA UŽINA** | GROŽĐE | 18.4 | 0.7 | 0.0 | 72 |  |
| **RUČAK** | JUHA OD RAJČICE S RIŽOM, TJESTENINA S TUNOM I POVRĆEM (KUKURUZ, TIKVICE), KUPUS SALATA, PETIT BEURE (121) | 63.5 | 19.7 | 18.5 | 505 | Riba(S), Gluten(S), Jaja(T), Celer(T), Gluten(T), Mlijeko(T) |
| **POPODNEVNA UŽINA** | VOĆNI SJECKANAC (Banana i jabuka) | 23.3 | 1.1 | 0.2 | 95 |  |
| **VEČERA** | BIJELA KAVA, SENDVIČ SA SIROM | 32.5 | 12.0 | 13.2 | 296 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |