|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ GALDOVO****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 05.09.2022.-09.09.2022.** |
| **DAN** | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | BORAVAK RUČAK |  |  |  |  |  |  |
| SUHI OBROK |  |  |  |  |  |  |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | RAGU JUHA PUREĆA, TJESTENINA S PILEĆIM SAFTOM, ZELENA SALATA S MRKVOM, KOLAČ OD KEKSA | 692 | 23,3 | 28,0 | 88,8 | Gluten, Jaja, Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Sezam |
| SUHI OBROK | INTEGRALNI DVOPEK, SIRNI NAMAZ | 175 | 8,3 | 6 | 22,0 | Gluten, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **SRIJEDA** | BORAVAK RUČAK | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE, PIRE KRUMPIR, ŠKOLSKI KRUH, SAVIJAČA OD JABUKA | 673 | 28,0 | 22,4 | 91,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten, Soja, Sezam, Lupina |
| SUHI OBROK | KRUH I MASLAC | 192 | 4,7 | 8,1 | 25,0 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **ČETVRTAK** | BORAVAK RUČAK | JUHA OD RAJČICE, PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI, KUHANI KRUMPIR, SALATA CRVENI KUPUS | 609 | 21,9 | 25,0 | 76,7 | Gluten, Jaja |
| SUHI OBROK | KRUH S MASLACEM I MARMELADOM | 184 | 4,1 | 7,6 | 25,0 | Gluten, Jaja, Sezam, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **PETAK** | BORAVAK RUČAK | JUHA OD BROKULE, TJESTENINA S RAJČICOM, SALATA KUPUS S MRKVOM, ZOBENI KOLAČ S VOĆEM | 642 | 15,9 | 25,8 | 90,2 | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Celer, Moguća kontaminacija glutenom |
| SUHI OBROK | PALAČINKA S MEDOM | 179 | 3,0 | 6,1 | 29,0 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten |