|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 06.02.2023.-10.02.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **BORAVAK RUČAK** | **GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S PALENTOM , CIKLA SALATA , PETIT BEURE , KRUH RAŽENI 1 ŠNITA** | 85.2 | 23.3 | 23.2 | 642 | Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Sezam(T), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Lupina(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **RAŽENI KRUH SA ŠUNKOM I SIROM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni)** | 28.1 | 9.7 | 3.9 | 184 | Goruščica(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | **VARIVO OD GRAŠKA SA SVINJETINOM , KUKURUZNI KRUH 1 ŠNITA , BISKVITNI KOLAČ S ROGAČEM** | 88.9 | 23.7 | 20.2 | 639 | Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Gluten(S), Soja(T), Jaja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T), Jaja(S), Mlijeko(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **RIŽOLINO** | 32.1 | 6.9 | 4.5 | 197 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **BORAVAK RUČAK** | **RIŽOTO S PILETINOM , ZELENA SALATA S KUKURUZOM , BISTRA PILEĆA JUHA , ČAJNI KOLUTIĆI** | 79.0 | 19.5 | 27.8 | 648 | Gluten(S), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **KRUH S NAMAZOM OD SVJEŽEG SIRA I KURKUME** | 29.2 | 7.0 | 6.6 | 205 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | **ZELENA SALATA S KUKURUZOM , BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA , LAZANJE S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM** | 74.5 | 28.4 | 26.8 | 658 | Celer(S), Jaja(S), Gluten(S), Celer(T), Jaja(S), Soja(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **SIR GAUDA, POLA ŠNITE ŠKOLSKI KRUH, JOGURT ČAŠICA** | 18.7 | 9.9 | 7.6 | 176 | Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **BORAVAK RUČAK** | **KREM JUHA OD CVJETAČE , PEČENE LIGNJE S PIRJANIM KREMASTIM POVRĆEM , KOMPOT OD ANANASA , ZELENA SALATA S RADIĆEM** | 82.2 | 26.7 | 24.0 | 649 | Laktoza(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(T), Mekušci(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | **GRAHAM PECIVO S MLIJEČNIM NAMAZOM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica)** | 36.7 | 5.9 | 3.3 | 187 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |