|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 06.11.2023.-10.11.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **BORAVAK RUČAK** | **PUREĆI PERKELT S TJESTENINOM , MLIJEČNI SLADOLED , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, SALATA KUPUS I RAJČICA**  | 79.8 | 31.5 | 21.0 | 643 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **PUTER ŠTANGICA SA SIRNIM NAMAZOM**  | 36.2 | 6.1 | 4.4 | 209 | Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | **TORTILJA S PILETINOM I SLANUTKOM , SALATA CIKLA , KREM JUHA OD GRAŠKA , PETIT BEURE**  | 74.0 | 24.0 | 25.1 | 633 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Sezam(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **BISKVITNI KOLAČ S MALINAMA I KAKAOM**  | 25.9 | 4.6 | 7.6 | 195 | Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S) |
| **SRIJEDA** | **BORAVAK RUČAK** | **SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KUKURUZNI KRUH 1 I POL ŠNITA , CRVENI KUPUS SALATA , VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM**  | 88.0 | 21.3 | 24.6 | 656 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Lupina(T), Gluten(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **GRIZ S ČOKOLADOM** | 36.7 | 7.4 | 4.3 | 215 | Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | **JUHA OD RAJČICE , PEČENI OSLIĆ I RIZI BIZI , ZELENA SALATA , BISKVIT OD MRKVE I PEKMEZA**  | 88.7 | 28.3 | 20.4 | 657 | Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Sumporni dioksid(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | **PALAČINKA S KAKAOM I CIMETOM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (šipak)** | 27.1 | 7.0 | 6.5 | 192 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **BORAVAK RUČAK** | **PILEĆI PAPRIKAŠ S PIREOM OD MRKVE I KRUMPIRA , SALATA KUPUS I RAJČICA , ŠKOLSKI KRUH 1/2 ŠNITE, KOLAČ OD KEKSA I VIŠNJA**  | 77.7 | 21.0 | 30.6 | 664 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Gluten(S), Sezam(T), Gluten(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **JOGURT , BANANA**  | 21.5 | 6.0 | 3.8 | 136 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |