|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN:09.10.2023.-13.10.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **BORAVAK RUČAK** | PANIRANI OSLIĆ S PIREOM OD KRUMPIRA I MRKVE , KUPUS SALATA , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA  | 76.1 | 26.3 | 25.8 | 612 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Jaja(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | PUTER ŠTANGICA SA SIRNIM NAMAZOM  | 36.2 | 6.1 | 4.4 | 209 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | PUREĆI GULAŠ SA ZELENOM LEĆOM I KUHANIM KRUMPIROM , SALATA KUPUS MIJEŠANI , ČAJNI KOLUTIĆI , KRUH RAŽENI  | 84.0 | 22.3 | 22.1 | 620 | Celer(S), Celer(T), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | ŠKOLSKA PIZZA, ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) | 21.1 | 8.3 | 7.5 | 182 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(S), Riba(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **SRIJEDA** | **BORAVAK RUČAK** | SALATA KRASTAVCI SVJEŽI , LAZANJE S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , POVRTNA JUHA S GRIZ NOKLICAMA  | 76.4 | 25.4 | 23.4 | 623 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(S), Soja(T), Celer(S), Jaja(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | PALAČINKA S MARMELADOM (ŠIPAK) , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (šipak) | 29.2 | 5.8 | 5.5 | 183 | Sumporni dioksid(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | PERKELT SVINJETINA I PALENTA , BISKVIT OD ROGAČA I LIMUNA , MIJEŠANA SALATA  | 80.8 | 19.8 | 25.7 | 635 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Mlijeko(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Jaja(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | SIR GAUDA, JOGURT , ŠKOLSKI KRUH  | 18.7 | 9.9 | 7.6 | 176 | Mlijeko(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **BORAVAK RUČAK** | GULAŠ OD JUNETINE SA TJESTENINOM , SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA , ZELENA SALATA  | 76.4 | 23.0 | 26.5 | 641 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(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) |