|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ GALDOVO****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 12.12.2022.-16.12.2022.** |
| **DAN** | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | BORAVAK RUČAK | **PANIRANI OSLIĆ S PIRE KRUMPIROM , KUPUS SALATA , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA**  | 76.1 | 26.3 | 25.8 | 612 | Gluten(S), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S) |
| SUHI OBROK | **MLIJEKO , PETIT BEURE S MARMELADOM OD ŠIPKA**  | 24.1 | 7.5 | 7.5 | 194 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Sezam(T), Sumporni dioksid(S) |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | **PURETINA S KUS KUSOM, GRAŠKOM I SLANUTKOM , KREM JUHA OD CVJETAČE I BROKULE , SALATA KUPUS MIJEŠANI , ČAJNI KOLUTIĆI**  | 76.9 | 26.3 | 25.4 | 645 | Celer(T), Gluten(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(S), Soja(T), Orašidi(T) |
| SUHI OBROK | **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 | **PUREĆI PERKELT S NJOKIMA , ZELENA SALATA S MRKVOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, BISKVITNI KOLAČ S JABUKOM**  | 86.7 | 23.3 | 22.6 | 645 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Celer(T) |
| SUHI OBROK | **PUDING OD VANILIJE**  | 19.8 | 6.6 | 6.4 | 164 | Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **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) |
| SUHI OBROK | **BISKVITNI KOLAČ S JOGURTOM I LIMUNOM**  | 26.6 | 4.2 | 7.0 | 189 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **PETAK** | BORAVAK RUČAK | **POHANA PILETINA I MLINCI S BUČINIM ULJEM , SALATA OD CIKLE I MRKVE , BISTRA JUHA OD KORJENASTOG POVRĆA I BUNDEVE**  | 78.8 | 24.8 | 26.4 | 652 | Gluten(S), Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(S), Celer(T), Gluten(T) |
| SUHI OBROK | **SENDVIČ S JAJEM I RAJČICOM**  | 25.7 | 9.2 | 8.3 | 217 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |