|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 18.12.2023.-22.12.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **BORAVAK RUČAK** | **RIŽOTO S PILETINOM , ZELENA SALATA S KUKURUZOM , BISTRA PILEĆA JUHA , ČAJNI KOLUTIĆI**  | 79.5 | 20.1 | 27.9 | 653 | Celer(T), Celer(S), Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **PETIT BEURE , JOGURT**  | 24.8 | 7.1 | 5.9 | 177 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | **ZELENA SALATA S RAJČICOM , KREM JUHA OD MRKVE , TJESTENINA CARBONARA , SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA**  | 78.6 | 21.1 | 25.7 | 634 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Celer(S), Gluten(T), Celer(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **POLUBIJELI KRUH, ŠUNKA I SIR**  | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **SRIJEDA** | **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** | **PUDING OD VANILIJE**  | 19.8 | 6.6 | 6.4 | 164 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | **PUREĆI PERKELT S TJESTENINOM , MLIJEČNI SLADOLED, ŠKOLSKI KRUH , SALATA KUPUS I RAJČICA**  | 79.8 | 31.5 | 21.0 | 643 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Celer(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **PALAČINKA S MEDOM I ORAHOM**  | 24.9 | 6.1 | 7.4 | 189 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T) |
| **PETAK** | **BORAVAK RUČAK** | **SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KUKURUZNI KRUH, CRVENI KUPUS SALATA , VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM**  | 88.0 | 21.3 | 24.6 | 656 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Lupina(T), Gluten(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **CHIA KIFLIĆ , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni)** | 21.4 | 3.9 | 5.1 | 144 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |