|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN:25.09.2023.-29.09.2023.** |
| **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** | 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** | 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** | ZOBENE PAHULJICE S JOGURTOM, MALINAMA I MEDOM  | 24.6 | 9.4 | 6.1 | 184 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Celer(T) |
| **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** | 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) |
| **ČETVRTAK** | **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** | PUDING OD VANILIJE  | 19.8 | 6.6 | 6.4 | 164 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **BORAVAK RUČAK** | PEČENA PILETINA S MLINCIMA , SALATA OD CIKLE I MRKVE , BISKVITNI KOLAČ S VIŠNJAMA  | 85.5 | 22.1 | 26.0 | 666 | Gluten(S), Jaja(S), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(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) |