|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 14.10.2024.-18.10.2024.** | | | | | | | |
| **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 | 79.0 | 19.5 | 27.8 | 648 | Gluten(S), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | CHIA KIFLIĆ, ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM |  |  |  |  | Gluten (S), Jaja (T), Gorušica, Mlijeko(S), Orašidi, Sumporni dioksid |
| **UTORAK** | **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) |
| **BORAVAK UŽINA** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE | 28,1 | 7,9 | 6 | 197 | Gluten (S), Kikiriki (T), Mlijeko(S), Laktoza(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** | POLUBIJELI KRUH S MASLACEM I MEDOM | 29.4 | 4.6 | 4.9 | 180 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | PEČENI FILE OSLIĆA S PIRE KRUMPIROM , BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM I NARANČOM , SALATA ZELENA I RIKOLA | 83.0 | 27.2 | 21.7 | 623 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Gluten(S), Jaja(T), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | PALAČINKA S DŽEMOM (MARELICA) , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (voćni) | 29.2 | 6.4 | 6.0 | 191 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Sumporni dioksid(S) |
| **PETAK** | **BORAVAK RUČAK** | MLIJEČNI SLADOLED , CIKLA SALATA , KRUH RAŽENI 2 ŠNITE OŠSK2, VARIVO OD KELJA | 103.0 | 20.5 | 17.9 | 650 | Gluten(T), Jaja(T), Kikiriki(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Soja(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | PUDING OD ČOKOLADE | 19,4 | 6,9 | 7 | 166 | Gluten (T), Jaja (T), Soja, Laktoza (S), Mlijeko |