|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 11.11.2024.-15.11.2024.** |
| **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** | ČAJ S MEDOM, CHIA KIFLIĆ | 15.7 | 3.8 | 5 | 124 | Gluten(S), Jaja(T), Gorušica, Mlijeko(S), Orašidi, Sumporni dioksid(T) |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI, RIZI BIZI S MRKVOM , MIJEŠANA SALATA , BISTRA RIBLJA JUHA S TARANOM  | 76.8 | 25.3 | 22.5 | 613 | Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Gluten(T), Celer(S), Rakovi(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE | 28.1 | 7.9 | 6 | 197 | Gluten (S), Kikiriki(T), Soja, Mlijeko(S), Laktoza (S) |
| **SRIJEDA** | **BORAVAK RUČAK** | KOMPOT OD BRESAKA , PUNJENA PAPRIKA S PIRE KRUMPIROM , JUHA OD CRVENE LEĆE I POVRĆA , SALATA MRKVA  | 81.2 | 22.0 | 25.5 | 634 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Celer(S), Celer(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** | 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** | 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** | 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** | PUDING OD ČOKOLADE | 19.4 | 6.9 | 7 | 166 | Gluten (T), Jaja (T), Soja, Laktoza (S), Mlijeko |