|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 25.11.2024.-29.11.2024.** | | | | | | | |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **BORAVAK RUČAK** | PEČENA SVINJETINA S PIRE KRUMPIROM I UMAKOM OD RAJČICE BORAVAK1 , MLIJEČNI SLADOLED , ZELENA SALATA | 75.9 | 27.7 | 25.2 | 627 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | GRIZ S ČOKOLADOM | 36,7 | 7,4 | 4 | 215 | Laktoza(S), Mlijeko (S), Soja (S), Mlijeko (T) |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | JUHA OD RAJČICE , PEČENI OSLIĆ I RIZI BIZI , ZELENA SALATA , BISKVIT OD MRKVE I PEKMEZA | 88.7 | 28.3 | 20.4 | 657 | Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Sumporni dioksid(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | SAVIJAČA SA SIROM I GROŽĐICAMA BORAVAK | 29.0 | 6.2 | 7.5 | 208 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(S) |
| **SRIJEDA** | **BORAVAK RUČAK** | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NJOKIMA , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, BANANA KOMAD , SALATA OD CIKLE I MRKVE | 97.3 | 22.2 | 19.8 | 650 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM | 26.5 | 4.4 | 7.4 | 196 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Jaja(S), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T) |
| **ČETVRTAK** | **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** | ŠKOLSKI KRUH S MARMELADOM ŠIPAK | 28.2 | 4.5 | 6.5 | 192 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |
| **PETAK** | **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** | GRAHAM PECIVO S MLIJEČNIM NAMAZOM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (kamilica) | 36.7 | 5.9 | 3.3 | 187 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |