|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 05.02.2024.-09.02.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **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(T), Mlijeko(S), Celer(T), Jaja(S) |
| **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) |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | **PANIRANI OSLIĆ S PIREOM OD KRUMPIRA I MRKVE , KUPUS SALATA , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA**  | 76.1 | 26.3 | 25.8 | 612 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Gluten(S), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Jaja(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | **PUDING OD VANILIJE**  | 19.8 | 6.6 | 6.4 | 164 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(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** | **ČOKO ZDRAVE KUGLICE** | 28.1 | 7.9 | 5.7 | 197 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S) |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | **VARIVO OD GRAŠKA SA SVINJETINOM , KUKURUZNI KRUH, BISKVITNI KOLAČ S ROGAČEM**  | 86.2 | 23.8 | 20.2 | 626 | Celer(S), Celer(T), Gluten(S), Goruščica(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(S), Lupina(T), Jaja(S), Mlijeko(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **SLANA BUČNICA**  | 22.5 | 7.3 | 7.0 | 181 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S) |
| **PETAK** | **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** | **MLIJEKO , PETIT BEURE S MARMELADOM OD ŠIPKA**  | 22.1 | 7.5 | 7.5 | 186 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S), Gluten(S), Sezam(T) |