|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 04.09.2023.-08.09.2023.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **BORAVAK RUČAK** |  |  |  |  |  |  |
| **BORAVAK UŽINA** |  |  |  |  |  |  |
| **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), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T), Celer(S) |
| **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) |
| **SRIJEDA** | **BORAVAK RUČAK** | **ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE I PIRE KRUMPIR , POLUBIJELI KRUH , MLIJEČNI SLADOLED** | 82.2 | 21.6 | 25.3 | 636 | Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Lupina(T), Gluten(T), Kikiriki(T), Orašidi(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | **BISKVITNI KOLAČ S LJEŠNJAKOM I ROGAČEM**  | 28.9 | 4.0 | 7.3 | 198 | Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S) |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | **GULAŠ OD JUNETINE SA TJESTENINOM , MRAMORNI KOLAČ , SALATA MRKVA I KUPUS**  | 81.5 | 26.3 | 26.7 | 673 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Jaja(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | **PALAČINKA S KAKAOM I CIMETOM , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (šipak)** | 27.1 | 7.0 | 6.5 | 192 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Jaja(S), Celer(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **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** | **JOGURT , BANANA**  | 21.5 | 6.0 | 3.8 | 136 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |