|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ GALDOVO****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 05.12.2022.-09.12.2022.** |
| **DAN** | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | BORAVAK RUČAK | **BISTRA GOVEĐA JUHA , PEČENA PILETINA S MLINCIMA , MIJEŠANA SALATA , MLIJEČNI SLADOLED**  | 71.8 | 26.1 | 25.1 | 617 | Gluten(S), Celer(S), Jaja(S), Gluten(T), Jaja(T), Kikiriki(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| SUHI OBROK | **KRUH S NAMAZOM OD MRKVE**  | 26.6 | 5.7 | 5.7 | 182 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T), Gluten(T) |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | **GULAŠ OD JUNETINE SA TJESTENINOM , KUPUS SALATA , MRAMORNI KOLAČ**  | 78.7 | 25.9 | 27.6 | 669 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |
| SUHI OBROK | **POLUBIJELI KRUH, ŠUNKA I SIR**  | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T), Celer(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | 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) |
| SUHI OBROK | **BISKVITNI KOLAČ S MALINAMA I ROGAČEM**  | 29.1 | 3.7 | 6.5 | 190 | Gluten(T), Jaja(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T) |
| **ČETVRTAK** | BORAVAK RUČAK | **MUSAKA OD KRUMPIRA S MESOM , SALATA OD CIKLE I MRKVE , PETIT BEURE**  | 78.4 | 21.0 | 30.1 | 657 | Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Sezam(T) |
| SUHI OBROK | **PALAČINKA S MEDOM I ORAHOM**  | 25.1 | 6.9 | 8.6 | 204 | Jaja(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T) |
| **PETAK** | 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) |
| SUHI OBROK | **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) |