|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA GALDOVO, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 08.04.-12.04.2024.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **BORAVAK RUČAK** | SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KUKURUZNI KRUH, CRVENI KUPUS SALATA , VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM  | 88.0 | 21.3 | 24.6 | 656 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Lupina(T), Gluten(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | KRUH S NAMAZOM OD SVJEŽEG SIRA I KURKUME  | 29.2 | 7.0 | 6.6 | 205 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T) |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | SALATA KUPUS I RAJČICA , KREM JUHA OD POVRĆA , MLIJEČNI SLADOLED, PEČENI FILE OSLIĆA S LIMUNOM, KUHANI KRUMPIR I BLITVA  | 79.1 | 29.6 | 22.7 | 625 | Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Laktoza(T), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Rakovi(T), Riba(S), Mekušci(T), Laktoza(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | INTEGRALNI DVOPEK S AJVAROM I SIROM  | 26.6 | 8.1 | 5.5 | 195 | Gluten(S), Mlijeko(S) |
| **SRIJEDA** | **BORAVAK RUČAK** | PILEĆI PAPRIKAŠ S PIREOM OD MRKVE I KRUMPIRA , SALATA KUPUS I RAJČICA , ŠKOLSKI KRUH , BANANA  | 91.7 | 20.3 | 24.0 | 653 | Celer(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | PUDING OD VANILIJE S MALINOM  | 22.1 | 6.5 | 5.6 | 164 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | POPEČAK OD JEČMA , KREM VARIVO OD BUNDEVE, SLANUTKA I BATATA , MIJEŠANA SALATA , BISKVITNI KOLAČ S KIKIRIKI MASLACEM  | 83.1 | 19.1 | 26.2 | 650 | Jaja(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Goruščica(T), Kikiriki(T), Soja(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Gluten(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Laktoza(S), Kikiriki(S), Jaja(T) |
| **BORAVAK UŽINA** | PALAČINKA S MEDOM I BANANOM  | 27.4 | 5.8 | 5.5 | 179 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| **PETAK** | **BORAVAK RUČAK** | PERKELT SVINJETINA I PALENTA , BISKVIT OD ROGAČA I LIMUNA , MIJEŠANA SALATA  | 80.8 | 19.8 | 25.7 | 635 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Mlijeko(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Jaja(S) |
| **BORAVAK UŽINA** | JOGURT S MUESLIJEM I ŠUMSKIM VOĆEM  | 27.4 | 9.4 | 6.3 | 186 | Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Kikiriki(T), Celer(T) |