|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ GALDOVO****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 09.01.2023.-13.01.2023.** |
| **DAN** | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | BORAVAK RUČAK | **KREM JUHA OD BATATA I BUTTERNUT TIKVICE , MIJEŠANA SALATA , PEČENA SVINJETINA S RESTANIM KRUMPIROM , BANANA KOMAD**  | 87.5 | 26.2 | 25.1 | 662 | Laktoza(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T) |
| SUHI OBROK | **GRIZ S ČOKOLADOM** | 36.7 | 7.4 | 4.3 | 215 | Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | **SAVIJAČA S VIŠNJAMA , KUKURUZNI KRUH 1 I POL ŠNITA , CRVENI KUPUS SALATA , VARIVO OD MAHUNA S JUNETINOM**  | 88.0 | 21.3 | 24.6 | 656 | Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Lupina(T), Gluten(T) |
| SUHI OBROK | **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 | **PILEĆI PAPRIKAŠ S PIREOM OD MRKVE I KRUMPIRA , SALATA KUPUS I RAJČICA , ŠKOLSKI KRUH 1/2 ŠNITE, KOLAČ OD KEKSA I VIŠNJA**  | 77.7 | 21.0 | 30.6 | 664 | Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Gluten(S), Sezam(T), Gluten(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) |
| **ČETVRTAK** | 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) |
| SUHI OBROK | **ŠKOLSKI KRUH SA ŠUNKOM I KRASTAVCIMA** | 25.6 | 8.2 | 6.8 | 199 | Goruščica(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | BORAVAK RUČAK | **TJESTENINA S PLODOVIMA MORA , ZELENA SALATA , BISKVITNI KOLAČ OD ČOKOLADE S GANACHE PRELJEVOM , JUHA OD LEĆE I PROSA**  | 84.1 | 24.6 | 24.1 | 661 | Gluten(T), Rakovi(S), Mekušci(S), Gluten(S), Soja(T), Jaja(S), Mlijeko(S), Celer(T), Jaja(T), Soja(S), Laktoza(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T), Celer(S) |
| SUHI OBROK | **ČOKOLINO** | 26.4 | 9.3 | 6.7 | 206 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Orašidi(T) |