|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 12.9.-16.9.2022.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E /kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | **BORAVAK RUČAK** | BISTRA PILEĆA JUHA, TJESTENINA CARBONARA, KRASTAVCI SALATA, ZOBENI KOLAČ S VOĆEM | 669 | 26,7 | 25,4 | 87,2 | GLUTEN, JAJA, MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI, CELER, MOGUĆA KONTAMINACIJA GLUTENOM |
| **BORAVAK UŽINA** | KEFIR, VOĆE | 184 | 7,2 | 7,0 | 23,1 | MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM, ŠKOLSKI KRUH, SALATA KUPUS S RAJČICOM, KOLAČ S JOGURTOM | 665 | 20,3 | 29,9 | 81,9 | GLUTEN, MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI, JAJA, SOJA, SEZAM, LUPINA |
| **BORAVAK UŽINA** | SENDVIČ S RAJČICOM | 193 | 5,3 | 7,6 | 25,9 | GLUTEN, JAJA, SOJA, SEZAM, LUPINA |
| **SRIJEDA** | **BORAVAK RUČAK** | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE, PIRE KRUMPIR, ŠK. KRUHM SAVIJAČA OD JABUKA | 673 | 28,0 | 22,4 | 91,5 | MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI, JAJA, GLUTEN, SOJA, SEZAM, LUPINA |
| **BORAVAK UŽINA** | PUDING OD ČOKOLADE | 189 | 6,0 | 6,0 | 28,4 | GLUTEN, MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | PREŽGANA JUHA, RIŽOTO SA SEZONSKIM POVRĆEM, PAPRIKA SALATA, BISKVITNI KOLAČ S ORAŠASTIM PLODOVIMA | 683 | 12,7 | 30,3 | 86,0 | MOGUĆA KONTAMINACIJA GLUTENOM, CELER, GLUTEN, JAJA, MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI, ORAŠASTO VOĆE |
| **BORAVAK UŽINA** | KUKURUZNI KRUH, ČOKOLADNI NAMAZ | 187 | 5,5 | 5,5 | 28,8 | GLUTEN, JAJA, MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI |
| **PETAK** | **BORAVAK RUČAK** | BISTRA PILEĆA JUHA, PANIRANA PILEĆA ŠNICLA, KUHANI KRUMPIR, GRAŠAK NA GUSTO, SALATA KUPUS S MRKVOM | 629 | 26,7 | 26,9 | 73,6 | MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI, JAJA, GLUTEN, CELER |
| **BORAVAK UŽINA** | KUKURUZNE PAHULJICE, JOGURT S BOBIČASTIM VOĆEM | 183 | 7,4 | 4,8 | 29,7 | MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI |