|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA SELA, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 6.6.-10.6.2022.** |
| **DAN** | **SMJENA** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E /kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | **BORAVAK RUČAK** | VARIVO OD KUPUSA U RAJČICI, POPEČAK OD ŽITARICA, ŠKOLSKI KRUH, ZELENA SALATA S ROTKVICOM, MLIJEČNI SLADOLED | 618 | 16,3 | 25,6 | 81,9 | GLUTEN, JAJA SOJA, LUPINA |
| **BORAVAK UŽINA** | SENDVIČ S RAJČICOM | 193 | 5,3 | 7,6 | 25,9 | GLUTEN, JAJA, SOJA, SEZAMM LUPINA |
| **UTORAK** | **BORAVAK RUČAK** | PERKELT SVINJETINA, PALENTA, BISKVIT OD ROGAČA I LIMUNA, ZELENA SALATA | 619 | 19,0 | 25,3 | 78,3 | GLUTEN, JAJA,MLIJEKO, ORAŠIDI, SEZAM, LAKTOZA, CELER, GORUŠČICA, SOJA |
| **BORAVAK UŽINA** | ŠKOLSKI KRUH S MASLACEM OD KIKIRIKIJA | 196 | 7,0 | 6,6 | 27,3 | GLUTEN, JAJA, SOJA, SEZAM, LUPINA, KIKIRIKI, ORAŠASTO VOĆE U TRAGOVIMA |
| **SRIJEDA** | **BORAVAK RUČAK** | BISTRA GOVEĐA JUHA, MUSAKA OD KRUMPIRA I PATLIĐANA S MESOM, SALATA RIBANA MRKVA | 622 | 27,4 | 28,0 | 68,4 | GLUTEN, JAJA, CELER |
| **BORAVAK UŽINA** | JOGURT S PROBIOTIKOM, VOĆE | 172 | 8,0 | 5,8 | 22,7 | MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI |
| **ČETVRTAK** | **BORAVAK RUČAK** | BISTRA PILEĆA JUHA, PEČENA SVINJETINA, KUHANI KRUMPIR, PIRJANI GRAŠAK I MRKVA, SALATA KUPUS S RAJČICOM, KOMPOT OD MARELICA | 620 | 31,4 | 22,3 | 76,7 | GLUTEN, JAJA, CELER |
| **BORAVAK UŽINA** | ČUPAVI SENDVIČ | 194 | 6,9 | 6,6 | 25,2 | LUPINA, GLUTEN, JAJA, SOJA, SEZAM, MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI |
| **PETAK** | **BORAVAK RUČAK** | VARIVO OD GRAŠKA S NOKLICAMA, ŠKOLSKI KRUH, CIKLA SALATA, KOLAČ OD GRIZA | 650 | 21,6 | 27,6 | 80,9 | GLUTEN, JAJA, CELER, MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI, SEZAM, LUPINA |
| **BORAVAK UŽINA** | JOGURT S PETIT KEKSIMA I VOĆEM | 178 | 6,5 | 6,4 | 23,3 | MLIJEKO I MLIJEČNI PROIZVODI, GLUTEN, SEZAM |