|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ 22.lipnja, Sisak****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 26. - 30.9.2022.** |
| **DAN** | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | BORAVAK RUČAK | PERKELT PILETINA I PALENTA , SALATA ZELENA , BISKVITNI KOLAČ S LIMUNOM I GROŽĐICAMA PRELIVEN ČOKOLADOM | 613 | 23,7 | 22,4 | 78,9 | Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Sezam(T), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sumporni dioksid(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Soja(S) |
| SUHI OBROK | KRUH S MASLACEM I DŽEMOM (MIJEŠANO VOĆE)  | 192 | 4,5 | 6,5 | 28,4 | Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Sumporni dioksid(S) |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | VARIVO OD GRAHA S JEČMOM I DIMLJENOM SLANINOM , ŠKOLSKI KRUH 1 ŠNITA, KISELI KRASTAVCI , KOMPOT OD ANANASA | 663 | 24,7 | 22,9 | 89,5 |

|  |
| --- |
| Celer(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S) |

 |
| SUHI OBROK | FRAPE OD BANANA I JAGODA  | 180 | 6,5 | 4,5 | 23,5 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Kikiriki(T), Orašidi(T), Sezam(T) |
| **SRIJEDA** | BORAVAK RUČAK | BISTRA GOVEĐA JUHA , PEČENA PILETINA S MLINCIMA , MIJEŠANA SALATA , MLIJEČNI SLADOLED | 617 | 26,1 | 25,6 | 71,4 | Gluten(S), Celer(S), Jaja(S), Gluten(T), Jaja(T), Kikiriki(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| SUHI OBROK | MLIJEKO , PETIT BEURE  | 194 | 7,5 | 7,5 | 24,1 |

|  |
| --- |
| Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Sezam(T), Sumporni dioksid(S) |

 |
| **ČETVRTAK** | BORAVAK RUČAK |  TJESTENINA S RAJČICOM , KUPUS SALATA , MRAMORNI KOLAČ | 628 | 26,5 | 21,4 | 81,3 | Gluten(T), Laktoza(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Soja(T), Celer(T), Jaja(S), Laktoza(S) |
| SUHI OBROK | SLANI KOLAČ OD JOGURTA I ŠUNKE  | 191 | 6,2 | 7,7 | 24,1 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(S) |
| **PETAK** | BORAVAK RUČAK | PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI, RIZI BIZI S MRKVOM ,CIKLA , BISTRA RIBLJA JUHA S TARANOM | 613 | 23,5 | 21,6 | 76,8 | Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Gluten(T), Celer(S), Rakovi(T |
| SUHI OBROK | SAVIJAČA OD SIRA BORAVAK | 178 | 5,2 | 5,0 | 21,6 |

|  |
| --- |
| Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(T) |

 |