|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ IVANA KUKULJEVIĆA SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 14. 10. – 18. 10. 2019.** |
| **DAN** | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | BORAVAK RUČAK | **RAGU JUHA PUREĆA, TJESTENINA S PILEĆIM SAFTOM, ZELENA SALATA S MRKVOM, KOLAČ OD KEKSA** | 692 | 23,3 | 28,0 | 88,8 | Gluten, Jaja, Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Sezam |
| SUHI OBROK | **ŠKOLSKI KRUH, SIR GAUDA, KISELI KRASTAVCI** | 185 | 8,1 | 5,6 | 25,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | **RAGU JUHA PUREĆA, RIŽOTO S PILETINOM, ZELENA SALATA S ROTKVICOM, KOLAČ OD KEKSA** | 674 | 24,1 | 26,4 | 83,9 | Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Sezam |
| SUHI OBROK | **KAKAO, NARANČA** | 193 | 8,2 | 7,0 | 25,4 | Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **SRIJEDA** | BORAVAK RUČAK | **ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE, PIRE KRUMPIR, ŠKOLSKI KRUH, SAVIJAČA OD JABUKA** | 673 | 28,0 | 22,4 | 91,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten, Soja, Sezam, Lupina |
| SUHI OBROK | **JOGURT, BANANA** | 180 | 9,4 | 5,8 | 23,3 | Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **ČETVRTAK** | BORAVAK RUČAK | **VARIVO OD MIJEŠANIH MAHUNARKI, ŠKOLSKI KRUH, ZELENA SALATA S MRKVOM, KOLAČ S JOGURTOM** | 673 | 23,6 | 22,8 | 87,6 | Moguća kontaminacija glutenom, Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| SUHI OBROK | **ŠKOLSKI KRUH SA SIROM I VRHNJEM** | 174 | 9,2 | 3,5 | 26,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |
| **PETAK** | BORAVAK RUČAK | **GULAŠ OD JUNETINE S TJESTENINOM, ZELENA SALATA S ROTKVICOM, KOLAČ OD KEKSA,** | 624 | 21,9 | 26,0 | 77,6 | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Sezam |
| SUHI OBROK | **KRUH I MASLAC** | 192 | 4,7 | 8,1 | 25,0 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |