|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ IVANA KUKULJEVIĆA SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 23.- 27. 09. 2019.** |
| **DAN** | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | 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 | **PECIVO S MASLACEM, MLIJEČNI NAMAZ** | 180 | 4,9 | 5,9 | 26,7 | Gluten, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | **BISTRA PILEĆA JUHA, LAZANJE S MIJEŠANIM MESOM, KUPUS SALATA,** | 618 | 30,8 | 23,2 | 70,0 | Gluten, Jaja, Celer |
| SUHI OBROK | **JOGURT, BANANA** | 180 | 9,4 | 5,8 | 23,3 | Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **SRIJEDA** | BORAVAK RUČAK | **RAGU JUHA PILEĆA, RIŽOTO S JUNETINOM, KRASTAVCI SALATA, KOLAČ OD GRIZA** | 656 | 23,5 | 25,0 | 83,8 | Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Sezam |
| SUHI OBROK | **KUKURUZNO PECIVO, NAMAZ OD RAJČICE I SIRA** | 175 | 6,8 | 5,9 | 24,0 | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **ČETVRTAK** | BORAVAK RUČAK | **VARIVO OD GRAŠKA S NOKLICAMA, ŠKOLSKI KRUH, CIKLA SALATA, KOLAČ OD GRIZA** | 650 | 21,6 | 27,6 | 80,9 | Jaja, Gluten, Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Soja, Sezam,  |
| SUHI OBROK | **ŠKOLSKI KRUH SA ŠUNKOM I NAMAZOM OD ZAČINSKOG BILJA** | 175 | 10,4 | 3,3 | 26,0 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **PETAK** | BORAVAK RUČAK | **JUHA OD RAJČICE, PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI, KUHANI KRUMPIR, SALATA CRVENI KUPUS** | 609 | 21,9 | 25,0 | 76,7 | Gluten, Jaja |
| SUHI OBROK | **ŠKOLSKI KRUH, SIR GAUDA, KISELI KRASTAVCI** | 185 | 8,1 | 5,6 | 25,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |