|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ IVANA KUKULJEVIĆA SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 30. 09. – 04. 10. 2019.** |
| **DAN** | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | BORAVAK RUČAK | **PUREĆI PERKELT I PIRE KRUMPIR, SALATA RIKOLA, BISKVITNI KOLAČ** | 622 | 24,5 | 25,7 | 75,2 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja |
| SUHI OBROK | **PUDING OD ČOKOLADE** | 189 | 6,0 | 6,0 | 28,4 | Gluten, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | **BISTRA GOVEĐA JUHA, MUSAKA OD KRUMPIRA I PATLIDŽANA S MESOM, SALATA RIBANA MRKVA** | 622 | 27,4 | 28,0 | 68,4 | Gluten, Jaja, Celer |
| SUHI OBROK | **VOĆNI JOGURT, PETIT BEURE** | 188 | 8,3 | 6,5 | 24,3 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Sezam |
| **SRIJEDA** | BORAVAK RUČAK | **BISTRA GOVEĐA JUHA, TJESTENINA S PILEĆIM MESOM I POVRĆEM, CIKLA SALTA, KOLAČ OD KEKSA** | 677 | 22,3 | 23,5 | 96,5 | Gluten, Jaja, Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Sezam |
| SUHI OBROK | **KEFIR, MARELICA** | 186 | 8,4 | 7,0 | 23,0 | Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **ČETVRTAK** | BORAVAK RUČAK | **BISTRA PILEĆA JUHA, RIŽOTO S PORILUKOM, CRVENI KUPUS SALATA, BISKVITNI KOLAČ S JABUKOM** | 683 | 15,6 | 28,6 | 90,6 | Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja |
| SUHI OBROK | **ZELENO CRVENI SENDVIČ** | 191 | 9,1 | 5,2 | 25,7 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **PETAK** | BORAVAK RUČAK | **GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NOKLICAMA, ŠKOLSKI KRUH, KUPUS SALATA, KOLAČ OD GRIZA** | 684 | 26,9 | 29,5 | 80,7 | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Soja, Sezam, Lupina |
| 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 |