|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA BRAĆA RIBAR, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 10.6.-14.6.2024.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U./g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **DORUČAK** | KRUH S MASLACEM I DŽEMOM (MIJEŠANO VOĆE) - 3 | 28.4 | 4.5 | 6.5 | 92 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Sumporni dioksid(S) |
| **RUČAK** | VARIVO OD GRAHA, KUKURUZA I SLANUTKA S PURETINOM , SAVIJAČA OD SIRA , KUPUS SALATA , POLUBIJELI KRUH - 86 | 81.1 | 27.8 | 23.4 | 649 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Celer(T), Celer(S), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Soja(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **UTORAK** | **DORUČAK** | PUTER ŠTANGICA SA SIRNIM NAMAZOM - 81 | 36.2 | 6.1 | 4.4 | 209 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T) |
| **RUČAK** | PILEĆI PAPRIKAŠ S PIREOM OD KRUMPIRA , SALATA KUPUS I RAJČICA , PETIT BEURE , KUKURUZNI KRUH - 192 | 88.5 | 22.8 | 24.1 | 655 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Celer(T), Gluten(S), Sezam(T), Soja(T), Orašidi(T), Lupina(T) |
| **SRIJEDA** | **DORUČAK** | KRUH S MLIJEČNIM NAMAZOM - 71 | 25.3 | 5.1 | 5.2 | 171 | Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T) |
| **RUČAK** | RIŽOTO S PILETINOM , ZELENA SALATA S KUKURUZOM , BISTRA PILEĆA JUHA , ČAJNI KOLUTIĆI - 151 | 79.5 | 20.1 | 27.9 | 653 | Celer(T), Celer(S), Gluten(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T) |
| **ČETVRTAK** | **DORUČAK** | ČOKO ZDRAVE KUGLICE - 134 | 28.1 | 7.9 | 5.7 | 197 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Kikiriki(T), Soja(S) |
| **RUČAK** | GULAŠ OD JUNETINE S PALENTOM , BISKVIT OD ROGAČA I LIMUNA PRELIVEN ČOKOLADOM , SALATA MRKVA I KUPUS - 62 | 89.2 | 22.1 | 24.4 | 665 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Celer(T), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Kikiriki(T), Soja(S), Mlijeko(S), Jaja(S) |
| **PETAK** | **DORUČAK** | CHIA KIFLIĆ , JOGURT - 82 | 21.9 | 8.9 | 8.7 | 196 | Gluten(S), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |
| **RUČAK** | TJESTENINA S RAJČICOM I PARMEZANOM , SALATA KUPUS MIJEŠANI , MRAMORNI KOLAČ - 188 | 78.4 | 17.7 | 25.0 | 612 | Celer(T), Jaja(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Soja(T), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S) |