|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA BRAĆA RIBAR, GRAD SISAK**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 6.5.-10.5.2024.** | | | | | | | |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **U./g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **RUČAK** | PUREĆI PERKELT S NJOKIMA , ZELENA SALATA S MRKVOM , ŠKOLSKI KRUH , BISKVITNI KOLAČ S JABUKOM - 66 | 86.7 | 23.3 | 22.6 | 645 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(S), Jaja(S) |
| **UŽINA** | PETIT BEURE , JOGURT - 4 | 24.8 | 7.1 | 5.9 | 177 | Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **UTORAK** | **RUČAK** | MESNA ŠTRUCA, PIRE KRUMPIR I ŠPINAT, BANANA , KREM JUHA OD POVRĆA - 96 | 73.7 | 22.6 | 27.7 | 620 | Jaja(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Celer(S), Laktoza(T) |
| **UŽINA** | PUTER ŠTANGICA S MLIJEČNIM NAMAZOM - 84 | 36.4 | 5.7 | 4.1 | 205 | Gluten(S), Jaja(S), Goruščica(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |
| **SRIJEDA** | **RUČAK** | PANIRANI PILEĆI ODREZAK S RIZI BIZIJEM , JUHA OD RAJČICE S NOKLICAMA , SALATA KUPUS I RAJČICA - 114 | 74.5 | 30.2 | 21.4 | 615 | Jaja(S), Celer(T), Gluten(T), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Celer(S) |
| **UŽINA** | POLUBIJELI KRUH, ŠUNKA I SIR - 53 | 26.2 | 9.8 | 3.8 | 178 | Mlijeko(S), Celer(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **ČETVRTAK** | **RUČAK** | GULAŠ OD JUNETINE S BULGUROM , CIKLA SALATA , KOLAČ OD KEKSA I ŠUMSKOG VOĆA - 1 | 78.2 | 24.1 | 25.9 | 643 | Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(S), Mlijeko(S), Sezam(T), Gluten(T), Celer(T) |
| **UŽINA** | BANANA , KEFIR - 5 | 25.0 | 8.1 | 7.2 | 194 | Laktoza(S), Mlijeko(S) |
| **PETAK** | **RUČAK** | TJESTENINA S PLODOVIMA MORA U UMAKU OD RAJČICE , SALATA OD CIKLE I MRKVE , SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA - 142 | 84.0 | 18.2 | 20.9 | 602 | Celer(T), Gluten(T), Jaja(T), Goruščica(T), Soja(T), Mlijeko(T), Rakovi(S), Riba(S), Sumporni dioksid(T), Mekušci(S), Gluten(S), Gluten(T) |
| **UŽINA** | 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) |