|  |
| --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA BRAĆA RIBAR, GRAD SISAK****HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** |
| **TJEDAN: 13.1.-17.1.2025.** |
| **DAN** | **OBROK** | **NAZIV OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | **ALERGENI** |
| **U/g** | **B /g** | **M/g** | **E/kcal** |
| **PONEDJELJAK** | **DORUČAK** | ČOKOLINO - 126 | 26.4 | 9.3 | 6.7 | 206 | Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Orašidi(T) |
| **RUČAK** | PERKELT SVINJETINA I PALENTA , BISKVIT OD ROGAČA I LIMUNA , MIJEŠANA SALATA - 29 | 80.8 | 19.8 | 25.7 | 635 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T), Mlijeko(S), Mlijeko(T), Orašidi(T), Sezam(T), Laktoza(T), Celer(T), Gluten(T), Goruščica(T), Soja(T), Jaja(S) |
| **UTORAK** | **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** | GULAŠ OD JUNETINE SA TJESTENINOM , SAVIJAČA OD JABUKA I ORAHA , ZELENA SALATA - 65 | 76.4 | 23.0 | 26.5 | 641 | Celer(T), Gluten(S), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(T) |
| **SRIJEDA** | **DORUČAK** | KRUH S MASLACEM I PEKMEZOM - 51 | 29.0 | 4.9 | 4.8 | 179 | Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Orašidi(T), Sezam(T), Lupina(T) |
| **RUČAK** | JUHA OD RAJČICE , PEČENA PILETINA I PIRE KRUMPIR , SALATA KRASTAVCI KISELI OŠSK, PETIT BEURE - 95 | 84.2 | 24.9 | 25.8 | 659 | Gluten(S), Celer(T), Gluten(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Goruščica(S), Gluten(S), Sezam(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** | BISTRA GOVEĐA JUHA , SALATA KRASTAVCI KISELI OŠSK, KOLAČ OD KEKSA I MALINA , TJESTENINA S MLJEVENIM JUNEĆIM MESOM - 133 | 76.6 | 26.7 | 24.2 | 636 | Celer(S), Gluten(S), Goruščica(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(S), Sezam(T), Celer(T), Gluten(T), Soja(T) |
| **PETAK** | **DORUČAK** | CHIA KIFLIĆ, JOGURT - 82 | 21.9 | 8.9 | 8.7 | 196 | Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Sezam(T), Sumporni dioksid(T), Lupina(T), Laktoza(S) |
| **RUČAK** | RIŽOTO S KOZICAMA , KOLAČ OD KEKSA I ŠUMSKOG VOĆA , ZELENA SALATA S RADIĆEM - 148 | 78.5 | 21.8 | 22.8 | 604 | Celer(T), Gluten(T), Rakovi(S), Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(T), Jaja(T), Mlijeko(T), Gluten(S), Sezam(T) |