|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ GALDOVO**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 09.12.2019.-13.12.2019.** | | | | | | | |
| **DAN** | | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | BORAVAK RUČAK | **PUREĆI PERKELT S TJESTENINOM, ZELENA SALATA S MRKVOM, ZOBENI KOLAČ S VOĆEM** | 639 | 30,2 | 21,8 | 83,5 | Gluten, Jaja, Moguća kontaminacija glutenom, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| SUHI OBROK | **VOĆNI JOGURT, PETIT BEURE** | 188 | 8,3 | 6,5 | 24,3 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Sezam |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | **SARMA OTVORENA, PIRE KRUMPIR, ŠKOLSKI KRUH, SAVIJAČA S VIŠNJAMA** | 651 | 26,6 | 19,7 | 95,6 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |
| SUHI OBROK | **PUDING OD ČOKOLADE** | 189 | 6,0 | 6,0 | 28,4 | Gluten, mlijeko i mliječni proizvodi |
| **SRIJEDA** | 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 |
| **ČETVRTAK** | BORAVAK RUČAK | **BISTRA GOVEĐA JUHA, TJESTENINA CARBONARA, KRASTAVCI SALATA, ZOBENI KOLAČ S VOĆEM** | 669 | 26,7 | 25,4 | 87,2 | Gluten, Jaja, Moguća kontaminacija glutenom, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| SUHI OBROK | **INTEGRALNI MUFFIN S VOĆEM** | 196 | 4,8 | 7,6 | 28,6 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten |
| **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 | **KUKURUZNI KRUH, ČOKOLADNI NAMAZ** | 187 | 5,5 | 5,5 | 28,8 | Gluten, Jaja, mlijeko i mliječni proizvodi |