

JELOVNIK ZA BORAVAK: OSNOVNA ŠKOLA BUDAŠEVO-TOPOLOVAC-GUŠĆE, GRAD SISAK

HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU

TJEDAN: 13.02.-17.02.2023

DAN	OBROK	NAZIV OBROKA	HRANJIVE VRIJEDNOSTI				ALERGENI
			U/g	B /g	M/g	E/kcal	
PONEDJELJAK	DORUČAK	GRIZ S MEDOM	33.5	7.1	3.2	191	Gluten(S), Laktoza(S), Mlijeko(S)
	RUČAK	PEČENA PILETINA S MLINCIMA , SALATA OD CIKLE I MRKVE , BISKVITNI KOLAČ S VIŠNJAMA	85.5	22.1	26.0	666	Gluten(S), Jaja(S), Jaja(T), Mlijeko(S), Celer(T), Jaja(S)
UTORAK	DORUČAK	KUKURUZNE PAHULJICE S JOGURTOM, KRUŠKOM I MEDOM	28.7	8.5	5.1	188	Gluten(S), Orašidi(S), Soja(S), Mlijeko(S), Laktoza(S)
	RUČAK	ŠKOLSKI KRUH , VARIVO OD SLANUTKA I TJESTENINE, S DIMLJENOM SLANINOM , ZELENA SALATA , BISKVITNI KOLAČ	89.4	18.1	22.3	642	Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Celer(T), Gluten(T), Mlijeko(S), Jaja(S)
SRIJEDA	DORUČAK	ČOKOLINO	26.4	9.3	6.7	206	Laktoza(S), Mlijeko(S), Gluten(S), Orašidi(T)
	RUČAK	POVRTNA JUHA S TARANOM , ČAJNI KOLUTIĆI , TJESTENINA S MIJEŠANIM MLJEVENIM MESOM , SALATA MRKVA I KUPUS	78.0	20.7	25.8	630	Gluten(S), Gluten(T), Celer(T), Gluten(T), Celer(S), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T)
ČETVRTAK	DORUČAK	ČUPAVI SENDVIČ , ČAJ ŠKOLSKI S MEDOM (šipak)	30.7	7.1	7.7	217	Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Gluten(T), Mlijeko(S), Mlijeko(S)
	RUČAK	PUREĆI GULAŠ SA ZELENOM LEĆOM I KUHANIM KRUMPIROM , SALATA KUPUS MIJEŠANI , ČAJNI KOLUTIĆI , KRUH RAŽENI	84.0	22.3	22.1	620	Celer(S), Celer(T), Laktoza(S), Gluten(S), Jaja(T), Soja(T), Mlijeko(S), Orašidi(T), Gluten(S), Soja(S), Mlijeko(T), Sezam(T), Lupina(T)
PETAK	DORUČAK	KRUH SA SIRNIM NAMAZOM I ŠUNKOM	26.0	8.2	5.3	187	Gluten(S), Jaja(T), Sezam(S), Lupina(T), Soja(S), Mlijeko(T), Laktoza(S), Mlijeko(S), Celer(S)
	RUČAK	PANIRANI RIBLJI ŠTAPIĆI, RIZI BIZI S MRKVOM , MIJEŠANA SALATA , BISTRA RIBLJA JUHA S TARANOM	76.8	25.3	22.3	610	Gluten(S), Riba(S), Mekušci(T), Gluten(T), Rakovi(T), Celer(S)