

JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ „BRAĆA BOBETKO“

HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU

TJEDAN: 12.-16.10.2020.

| DAN | OPIS OBROKA | HRANJIVE VRIJEDNOSTI | | | | ALERGENI | |
|-------------|---------------|--|------|------|------|----------|--|
| | | E/kcal | B /g | M/g | U/g | | |
| PONEDJELJAK | BORAVAK RUČAK | JUHA OD RAJČICE, PEČENA PILETINA, PIRE KRUMPIR, SALATA CRVENI KUPUS, KOMPOT OD BRESAKA | 643 | 19,9 | 29,0 | 80,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja |
| | SUHI OBROK | VOĆNI JOGURT, PETIT BEURE | 188 | 8,3 | 6,5 | 24,3 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Sezam |
| UTORAK | BORAVAK RUČAK | BISTRA GOVEĐA JUHA, TJESTENINA CARBONARA, KRSTAVCI SALATA, ZOBENI KOLAČ S VOĆEM | 669 | 26,7 | 25,4 | 87,2 | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Celer, Moguća kontaminacija glutenom |
| | SUHI OBROK | KAKAO, NARANČA | 193 | 8,2 | 7,0 | 25,4 | Mlijeko i mliječni proizvodi |
| SRIJEDA | BORAVAK RUČAK | RAGU JUHA PILEĆA, RIŽOTO S JUNETINOM, KRSTAVCI SALATA, KOLAČ OD KEKSA | 656 | 23,5 | 25,0 | 83,8 | Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Sezam |
| | SUHI OBROK | ŠKOLSKI KRUH SA SIROM I VRHNJEM | 174 | 9,2 | 3,5 | 26,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |
| ČETVRTAK | BORAVAK RUČAK | GULAŠ OD MIJEŠANOG MESA S NOKLICAMA, ŠKOLSKI KRUH, KUPUS SALATA, KOLAČ OD GRIZA | 684 | 26,9 | 29,5 | 80,7 | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Soja, Sezam, Lupina |
| | SUHI OBROK | ŠKOLSKI KRUH, NAMAZ OD PILETINE | 204 | 8,9 | 7,2 | 25,8 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| PETAK | BORAVAK RUČAK | BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA, PEČENE LIGNJE, KUHANI KRUMPIR, GRAŠAK NA GUSTO | 616 | 23,8 | 18,1 | 94,3 | Celer, Jaja, Gluten, Mekušci, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| | SUHI OBROK | PALAČINKE S ČOKOLADOM I ORASIMA | 187 | 5,9 | 8,0 | 24,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten |

Jelovnici su podložni promijenama. Na promijene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promijene u kuhinji.