

JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ „BRAĆA BOBETKO SISAK“

HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU

TJEDAN: 27.-31.05.2019.

| DAN | | OPIS OBROKA | HRANJIVE VRIJEDNOSTI | | | | ALERGENI |
|-------------|---------------|--|----------------------|------|------|------|---|
| | | | E/kcal | B /g | M/g | U/g | |
| PONEDJELJAK | BORAVAK RUČAK | BISTRA PILEĆA JUHA, TJESTENINA S JUNEĆIM MLJEVENIM MESOM, ZELENA SALATA S ROTKVICOM, BISKVITNI KOLAČ S JABUKOM | 690 | 21,9 | 29,2 | 86,8 | Gluten, Jaja, Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| | SUHI OBROK | SENDVIČ S RAJČICOM | 193 | 5,3 | 7,6 | 25,9 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |
| UTORAK | BORAVAK RUČAK | RAGU JUHA PILEĆA, RIŽOTO S PURETINOM, CIKLA SALATA, KOLAČ OD GRIZA | 640 | 25,2 | 28,9 | 69,2 | Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten |
| | SUHI OBROK | ŠKOLSKI KRUH SA SIROM I VRHNJEM | 174 | 9,2 | 3,5 | 26,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |
| SRIJEDA | BORAVAK RUČAK | GULAŠ OD JUNETINE S TJESTENINOM, ZELENA SALATA S ROTKVICOM, KOLAČ OD KEKSA, | 624 | 21,9 | 26,0 | 77,6 | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Sezam |
| | SUHI OBROK | ACIDOFIL, JABUKA | 174 | 6,8 | 6,4 | 22,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi |
| ČETVRTAK | BORAVAK RUČAK | BISTRA PILEĆA JUHA, PANIRANA PILEĆA ŠNICLA, KUHANI KRUMPIR, GRAŠAK NA GUSTO, SALATA KUPUS S MRKVOM | 629 | 26,7 | 26,9 | 73,6 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten, Celer |
| | SUHI OBROK | PALAČINKA S MEDOM | 179 | 3,0 | 6,1 | 29,0 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten |
| 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 | ŠKOLSKI KRUH, SIRNI NAMAZ SA KRASTAVCIMA I VLASCEM | 177 | 10,2 | 3,4 | 26,5 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |

Jelovnici su podložni promjenama. Na promjene može utjecati dostupnost dobavljača ili tehničke promjene u kuhinji.