

## JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ „BRAĆA BOBETKO“

### HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU

TJEDAN: 11.-15.11.2019.

| DAN         | OPIS OBROKA   | HRANJIVE VRIJEDNOSTI                                                                              |      |      |      | ALERGENI |                                                                 |
|-------------|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------|------|----------|-----------------------------------------------------------------|
|             |               | E/kcal                                                                                            | B /g | M/g  | U/g  |          |                                                                 |
| PONEDJELJAK | 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    | KUKURUZNE PAHULJICE, JOGURT S BOBIČASTIM VOĆEM                                                    | 183  | 7,4  | 4,8  | 29,7     | Mlijeko i mliječni proizvodi                                    |
| 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 NAMAZOM OD SIRA I KURKUME                                                         | 179  | 9,7  | 4,1  | 25,9     | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| SRIJEDA     | BORAVAK RUČAK | VARIVO OD GRAHA SA SLANINOM, ŠKOLSKI KRUH, SALATA KUPUS S RAJČICOM, KOLAČ S JOGURTOM              | 665  | 20,3 | 29,9 | 81,9     | Gluten, Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Soja, Sezam, Lupina |
|             | SUHI OBROK    | KRUH S MASLACEM I MARMELOM                                                                        | 184  | 4,1  | 7,6  | 25,0     | Gluten, Jaja, Sezam, Mlijeko i mliječni proizvodi               |
| ČETVRTAK    | BORAVAK RUČAK | KREM JUHA OD CVJETAČE, PEČENA PILETINA I MLINCI, RAJČICA SALATA, KOMPOT OD ANANASA                | 616  | 22,5 | 27,7 | 69,4     | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi                      |
|             | SUHI OBROK    | JOGURT, BANANA                                                                                    | 180  | 9,4  | 5,8  | 23,3     | Mlijeko i mliječni proizvodi                                    |
| PETAK       | BORAVAK RUČAK | BISTRA PILEĆA JUHA S GRIZ NOKLICAMA, MUSAKA OD KRUMPIRA I CVJETAČE S OSLIĆEM, SALATA RIBANA MRKVA | 609  | 35,6 | 23,5 | 67,5     | Riba, Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Celer, Gluten         |
|             | SUHI OBROK    | KUKURUZNI KRUH, ČOKOLADNI NAMAZ                                                                   | 187  | 5,5  | 5,5  | 28,8     | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi                      |

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