|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **JELOVNIK ZA BORAVAK: OŠ 22.lipnja, Sisak**  **HEALTHY MEAL STANDARD KIDS MENU** | | | | | | | |
| **TJEDAN: 12.-16.rujna 2022.** | | | | | | | |
| **DAN** | | **OPIS OBROKA** | **HRANJIVE VRIJEDNOSTI** | | | | **ALERGENI** |
| **E/kcal** | **B /g** | **M/g** | **U/g** |
| **PONEDJELJAK** | BORAVAK RUČAK | TJESTENINA S RAJČICOM, SALATA KUPUS S MRKVOM, ZOBENI KOLAČ S VOĆEM | 642 | 15,9 | 25,8 | 90,2 | Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi, Celer, Moguća kontaminacija glutenom |
| SUHI OBROK | ČOKOLADNE LOPTICE NA MLIJEKU | 194 | 8,2 | 7,6 | 23,0 | Gluten, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **UTORAK** | BORAVAK RUČAK | VARIVO OD GRAŠKA S PURETINOM, ŠKOLSKI KRUH, GROŽĐE | 650 | 21,6 | 27,6 | 80,9 | Jaja, Gluten, Celer, Mlijeko i mliječni proizvodi, Soja, Sezam, Lupina |
| SUHI OBROK | PECIVO S MASLACEM, JOGURT | 180 | 4,9 | 5,9 | 26,7 | Gluten, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **SRIJEDA** | BORAVAK RUČAK | ĆUFTE U UMAKU OD RAJČICE, PIRE KRUMPIR, ŠKOLSKI KRUH, SAVIJAČA OD JABUKA | 673 | 28,0 | 22,4 | 91,5 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Jaja, Gluten, Soja, Sezam, Lupina |
| SUHI OBROK | KRUH I MASLAC, ČAJ | 192 | 4,7 | 8,1 | 25,0 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **ČETVRTAK** | BORAVAK RUČAK | JUHA OD RAJČICE, LAZANJE S MESOM I POVRĆEM, CIKLA | 658 | 25,4 | 25,7 | 80,4 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Jaja |
| SUHI OBROK | ŠKOLSKI KRUH, MLIJEČNI NAMAZ, ČAJ | 192 | 4,7 | 8,1 | 25,0 | Gluten, Jaja, Soja, Sezam, Lupina, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| **PETAK** | BORAVAK RUČAK | RIŽOTO S TUNJEVINOM,KISELI KRASTAVCI, NEKTARINA | 651 | 20,7 | 29,2 | 76,5 | Riba, Gluten, Jaja, Mlijeko i mliječni proizvodi |
| SUHI OBROK | JAJA, ŠKOLSKI KRUH I ACEDOFILNO MLIJEKO | 187 | 8,3 | 4,0 | 28,0 | Mlijeko i mliječni proizvodi, Gluten, Sezam |