



# LIDO

LIDO D.O.O. 11080 ZEMUN UL. Sibinjanin Janka 48a

Tel/fax: 011/2618-154; 2619-511; 3166-216.

www.lidoketering.com; office@lidoketering.com

**Ručak**  
**Jovan Miodragović**

## Predlog jelovnika za ishranu dece - Ručak 14.10.-25.10.2024.

	Ponedeljak 14.10.2024.	Utorak 15.10.2024.	Sreda 16.10.2024.	Cetvrtak 17.10.2024.	Petak 18.10.2024.
<b>Ručak</b>	Meksicki pasulj sa mesom 250g, salata 70g, hleb 50g, voce 1kom	Krem corba 200ml, fasirani rolat 1kom, restovan krompir 150g, hleb 50g, salata 50g,voce 1kom	Čorba 120ml,špagete 150g, karbonara sos 150g, salata 60g, razani hleb 50g, voce 1kom	Sladak kupus sa mesom 250g, hleb 50g,salata 50g, kolac 1kom	Supa 200ml, pecena piletina 1kom, rižoto sa povrćem 150g, hleb 50g,salata 50g, voce 1kom
EV(Kcal)	429.02	622.31	726.33	580.93	637.66
P(g)	23.81	58.59	25.69	19.25	33.04
M(g)	7.15	48.86	32.63	29.85	27.55
UH(g)	62.84	12.67	76.47	59.9	63.96
	Ponedeljak 21.10.2024.	Utorak 22.10.2024.	Sreda 23.10.2024.	Cetvrtak 24.10.2024.	Petak 25.10.2024.
<b>Ručak</b>	Makarone sa sirom 250g, kiselo mleko 100g, hleb 50g,voce 1kom	Supa 150ml, grilovan pileci file 1kom, dinstani grasak 150g,salata 50g, hleb 50g, voce 1kom	Supa 120 ml, kapama sa mesom 250g, salata 50g, integralni hleb 50g, kolac	Paprikas sa noklicama 250g, salata 50g, integralni hleb 50g, voce 1kom	Paradajz corba, riblji kroketi, peceni krompir 150g, hleb 50g, voce 1kom
EV(Kcal)	587.77	488.82	561.99	388.13	739.01
P(g)	23.57	31.16	23.66	18.32	16.7
M(g)	18.17	18.38	24.01	9.89	36.23
UH(g)	79.56	50.90	63.53	51.83	86.17