



# 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 28.10.-08.11.2024.

	Ponedeljak 28.10.2024.	Utorak 29.10.2024.	Sreda 30.10.2024.	Četvrtak 31.10.2024.	Petak 01.11.2024.
<b>Ručak</b>	Potaz od bundeve 150ml, piletina susam 1kom, bareni kukuruz, salata 50g, hleb 50g, voce 1kom	Socivo sa mesom 250g, salata 70g, hleb 50g, kolac	Potaž od bundeve 120 ml, pilav sa piletinom 250g, salata 70g, ražani hleb 50g, voce 1kom	Supa 150ml, rostilj kobasica 1kom, dinstana sargarepa na puteru 150g, salata 50g, hleb 50g, voce	Pasta suta 250g, pavlaka 40g, hleb 50g, voce 1kom
EV(Kcal)	784.71	665.17	498.92	590.43	609.38
P(g)	36.05	25.19	19.66	18.23	21.87
M(g)	32.11	48.28	14.68	19.44	25.43
UH(g)	92.59	52.73	66.1	54.86	73.56
	Ponedeljak 04.11.2024.	Utorak 05.11.2024.	Sreda 06.11.2024.	Četvrtak 07.11.2024.	Petak 08.11.2024.
<b>Ručak</b>	Makarone sa sirom 250g, kiselo mleko 100g, hleb 50g, voce 1kom	Supa od povrća 120ml, pecena piletina 1kom, spanac 150g, salata 50g, hleb 50g, voce 1kom	Boranija sa mesom 250g, pavlaka 40g, integralni hleb 50g, kolac 1kom	Supa 120ml, čufte 2kom, bareni krompir 200g, salata 50g, hleb 50g, voce 1kom	Supa 120 ml, đuvec sa mesom 250g, salata 70g, hleb 50g, voce 1kom
EV(Kcal)	587.77	640.34	706.6	507.36	471.04
P(g)	23.57	34.44	19.58	16.16	20.23
M(g)	18.17	33.59	43.69	22.41	12.43
UH(g)	79.56	49.92	59.23	63.29	65.03