

Јеловник за децу

важи од **21.09.2026 - 25.09.2026. год**

* Кетеринг задржава право измене јеловника из оправданих техничких и организационих разлога (непланирани прекиди у снабдевању водом и електричном енергијом, квар уређаја или инсталација, застоја у снабдевању планираним намирницама...)

дан	ручак	састав ручка
ПОНЕДЕЉАК 21.09.2026	Сладак купус са поврћем, хлеб, витаминска салата, сезонско воће	Вариво: свеж купус, шаргарепа, црни лук, бели лук,, кромпир, целер, пашканат, парадајз пелат, , уље мешавина сувих зачина (со, бибер, алева паприка, бибер).першун, брашно, вода. Салата: купус, шаргарепа, кисела цвекла, уље, јабуково сирће со. Прилог: хлеб , сезонско воће
	школе kcal 648	
УТОРАК 22.09.2026	Говеђа супа са резанцима,Пилеће ћуфте, пире кромпир,салата од купуса и зелене салате, хлеб,***Зебра кејк	Супа: говеђе месо, шаргарепа, пашканат, целер, црни лук, резанци, вода, зачин, бибер, со. ћуфте :млевено пилеће, месо, сусам, овсене пахуље, презле јаје, црни и бели лук, зачин, уље, со. Прилог : кромпир, млеко, путер, со. Салата : купус, зелена салата, уље, јабуково сирће, со Хлеб***Зебра кејк (брашно, јаја, јогурт, маргарин, какао, шећер, прашак за пециво, прах шећер, ванил шећер)
	школе kcal 1085	
СРЕДА 23.09.2026	Потаж од грашка, Свињска натур шницла, динстана шаргарепа, купус салата, хлеб, сезонско воће	Потаж: грашак, црни и бели лук, маслиново уље, нана, со, вода Натур шницла: свињски филе, сенф, брашно, бели лук вода, уље Прилог : шаргарепа, црни и бели лук, путер, уље, со, млеко, кисела павлака 20%мм. Салата : купус, уље, јабуково сирће, со. Хлеб, сезонско воће
	школе kcal 801	
ЧЕТВРТАК 24.09.2026	Грашак са пилећим месом и сезонским поврћем, парадајз салата, хлеб, *** Колач ледене коцке	Вариво: грашак, пилеће бело месо, , кромпир, црни лук, бели лук, шаргарепа, вода, уље, зачин, першун, мирођија, со, алева паприка, бибер. Салата: парадајз, уље, со Прилог: Хлеб, *** Ледене коцке колач (брашно, јаја, шећер, какао, прашак за пециво, млеко, гриз, пудинг, ванил шећер, маргарин, чоколада, уље)
	школе kcal 957	
ПЕТАК 25.09.2026	Потаж од шаргарепе, пљескавица, спанаћ, краставац салата, хлеб, сезонско воће воће	Потаж: шаргарепа, кромпир, пашканат вода, целер,млеко, першун, со Прилог: спанаћ, уље, путер, млеко, пиринач, со Салата: краставац, уље, јабуково сирће, со. Прилог: . Хлеб воће
	школе kcal 796	

* Присуство млека или млечних производа у оброку

** Присуство јаја у оброку

*** Присуство јаја и млека и / или млечних производа у оброку

Одговорно лице: МРН sci. **Миленковски Тања, - Дијететичар- нутрициониста**

норматив и препоручени дневни унос енергије и макронутријената се односи на нормално ухрањену вртипку дцу и ученике ооа пола који су умерено физички активни. Исхрана деце у школским установама прописан је Правилником о ближим условима за организовање, остваривање и праћење исхране ученика у основној школи ("Сл. гласник РС", бр. 68/2018). Имајући у виду да се су прописане различите вредности у зависности од узраста и пола детета, у табели су дате вредности које представљају просек прописаних потреба у енергији, хранљивим и заштитним материјама неопходним за правилан раст и развој деце, а које је потребно подмилити у току боравка у школи са калоријским вредностима за сваки појединачни оброк