

Јеловник за децу

важи од **28.09.2026 - 02.10.2026. 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 28.09.2026	Сочиво са поврћем и димљеним месом,, купус салата са шаргарепом , хлеб, сезонско воће	Вариво: сочиво, суво димљено месо, црни и бели лук, шаргарепа, парадајз пелат, першун, брашно, алева паприка, зачин, со, бибер, вода Салата: купус, шаргарепа, уље, јабуково сирће, со Прилог: хлеб, сезонско воће
	школе kcal 645	
УТОРАК 29.09.2026	Пилећа супа, димљена вешалица, кромпир пире, микс купус и зелена салата, хлеб, *Чоко колач	Супа: пилеће месо, шаргарепа, пашканат, целер, црни лук, резанци, вода, зачин, бибер, со. Вешалица димљена, уље Прилог: кромпир, млеко, путер со. Прилог: хлеб Салата: купус, зелена салата, уље, со *Чоко колач без јаја (брашно, јогурт, уље, путер, чоколада, млеко, сода бикарбона, шећер, какао,)
	школе kcal 1024	
СРЕДА 30.09.2026	Говеђа супа, Печени пилећи батак са карабатком, прилог: спанаћ, купус салата, хлеб, сезонско воће	Супа: говеђе месо, шаргарепа, пашканат, целер, црни лук, резанци, вода, зачин, бибер, со. Печење: пилећи батак са карабатком, уље, со. Прилог: спанаћ, уље, путер, млеко, пиринач, овсене пахуље, зачин, со. Салата: купус, уље, јабуково сирће, со. Хлеб, сезонско воће
	школе kcal 905	
ЧЕТВРТАК 01.10.2026	Паста са пилетином и тиквицом, хлеб, парадајз салата, колач медено срце	Вариво: пилеће бело месо бк. тиквица, црни лук, бели лук, шаргарепа, парадајз пелат, вода, уље со, босиљак, першун. Прилог: паста, хлеб, Салата: парадајз, уље, со. Колач : медено срце са џемом и преливом од чоколаде (бело брашно, уље, џем мешани, сода, цимет, шећер, вода, сок наранџа, чоколада)
	школе kcal 915	
ПЕТАК 02.10.2026	Парадајз чорба са поврћем, панирани рибљи штапићи, рижото са тиквицом и шаргарепом, хлеб, краставац салата сезонско воће	Чорба: парадајз пелат, црни и бели лук, шаргарепа, першун, брашно, алева паприка, шећер, зачин, со, бибер, вода. Паниран ослић у панир маси, уље, Прилог : пиринач, тиквица, шаргарепа уље, со вода. Салата: краставац, уље, јабуково сирће, со. Хлеб, воће
	школе kcal 805	

* 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 врстичку децу и ученике оба 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 прописане 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.