

Јеловник за децу

важи од **05.10.2026 - 09.10.2026. 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 05.10.2026	Пасуљ са поврћем, купус салата, хлеб, сезонско воће	Вариво: шарени пасуљ, суви врат, црни и бели лук, шаргарепа, парадајз пелат, першун, брашно, алева паприка, зачин, со, бибер, вода Салата: свеж купус уље, јабуково сирће, со Прилог: домаћи хлеб, воће
	школе kcal 639	школе укупно kcal 1180 (4937 KJ)
УТОРАК 06.10.2026	Пилећа супа са резанцима, пуњене тиквице са месом и поврћем, пире кромпир, микс купус и зелена салата, хлеб, ***колач са кремом	Супа: пилеће месо, шаргарепа, пашканат, целер, црни лук, резанци, вода, зачин, бибер, со Вариво: свињски бут и плећка (млевено месо), тиквице, интегрални пиринач, шаргарепа, овсене пахуље, црни лук, бели лук, алева паприка, парадајз пире, вода, зачин, босиљак, першун, со. Прилог: кромпир, млеко, путер со. Хлеб. Салата: купус, зелена салата, уље, јабуково сирће, со *** Колач са кремом (брашно, шећер, млеко, јаја, кекс млевени, еуро крем, прашак за пециво,)
	школе kcal 998	школе укупно kcal 1438 (6016 KJ)
СРЕДА 07.10.2026	Чорба од поврћа, Пилећа шницла у натур сосу, пиринач, салата од киселе цвекле, хлеб, сезонско воће	Чорба: сезонско поврће (тиквица, шаргарепа, кромпир, целер, гриз, мешавина зачина, со, вода). Пилетина у натур сосу: пилећи филе, сенф, брашно, вода, уље. Прилог: пиринач, мешавина зачина, со. Салата: кувана цвекла, уље, јабуково сирће, со. Прилог: хлеб, сезонско воће
	школе kcal 705	школе укупно kcal 1183 (4949 KJ)
ЧЕТВРТАК 08.10.2026	Потаж од шаргарепе, пилетина у сосу од парадајза, макароне, парадајз салата, хлеб***Гриз коцке	Потаж: шаргарепа, црни лук, кромпир, целер, пашканат, млеко, зачин, со, бибер, вода. Пилећа шницла: пилећи филе, црни и бели лук, парадајз сок, паприка, уље, брашно, алева паприка, со, бибер, першун, вода, брашно. Прилог: макароне, хлеб Салата: парадајз *** Кремасте гриз коцке (брашно, јаја, шећер, какао, прашак за пециво, млеко, гриз, пудинг, ванил шећер, маргарин, чоколада, уље)
	школе kcal 1058	школе укупно kcal 1459 (6105 KJ)
ПЕТАК 09.10.2026	Сладак купус са свињским месом, хлеб, краставац салата, сезонско воће	Вариво: свињско месо, црни лук, бели лук, свеж купус, шаргарепа, целер, пашканат, парадајз пелат, брашно, вода, уље со, алева паприка, босиљак, першун, бибер. Прилог: хлеб, Салата: парадајз. сезонско воће
	школе kcal 698	школе укупно kcal 1023 (4280 KJ)

* Присуство млека или млечних производа у оброку

** Присуство јаја у оброку

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

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

норматив препоручени дневни унос енергије и макронутријената се односи на нормално ухрањену вртичку 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 подмирити у току боравка у школи са

калоријским вредностима за сваки појединачни оброк