Јеловник за децу

важи од ***02.11.2026 - 06.11.2026.*** *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 02.11.2026	Боранија са поврћем, кисела павлака, хлеб,витаминска салата, сезонско воће	***Вариво:*** боранија, црни лук, бели лук, кромпир, шаргарепа, вода, уље, зачин, першун, мирођија, со, алева паприка, бибер. ***Прилог:*** кисела павлака20%мм хлеб, ***Салата*** : купус, шаргарепа, кисела цвекла, уље, јабуково сирће, со. Сезонско воће
	школе kcal 705	
УТОРАК 03.11.2026	Пилећа супа,отворене пуњене тиквице са месом и поврћем , пире кромпир, салата од киселе цвекле, хлеб, *** Зебра колач	***Супа:*** пилеће месо, шаргарепа, пашканат, целер, црни лук, резанци, вода, зачин, бибер, со. ***Вариво:*** свињски бут (млевено месо), тиквице, интегрални пиринач, шаргарепа, овсене пахуље, црни лук, бели лук, алева паприка, парадајз пире, вода, зачин, босиљак, першун, со. ***Прилог:*** хлеб, кромпир, млеко, путер, со. ***Салата*** : кувана цвекла, уље, јабуково сирће, со ******Зебра колач*** (брашно, јаја, јогурт, маргарин, какао, шећер, прашак за пециво, прах шећер, ванил шећер)
	школе kcal 944	
СРЕДА 04.11.2026	Кромпир паприкаш са пилећим белим месом, краставац салата, хлеб, сезонско воће	***Вариво:*** кромпир, пилеће бело месо бк. црни лук, бели лук, шаргарепа, парадајз пелат, вода, уље со, алева паприка, брашно, бибер, босиљак, першун . ***Салата*** : краставац, јабуково сирће, уље, со. Хлеб. Сезонско воће
	школе kcal 690	
ЧЕТВРТАК 05.11.2026	Грашак са пилећим месом, витаминска салата, хлеб, ***Ледене коцке	***Вариво:*** грашак, пилеће бело месо, кромпир, црни лук, бели лук, шаргарепа, вода, уље, зачин, першун, мирођија, со, алева паприка, бибер. ***Салата:*** купус, кисела цвекла, шаргарепа, уље, јабуково сирће, со . Хлеб *** ***Ледене коцке колач*** (брашно, јаја, шећер, какао, прашак за пециво, млеко, пудинг, ванил шећер, маргарин, чоколада, уље)
	школе kcal 920	
ПЕТАК 06.11.2026	Потаж од шаргарепе, рибљи штапићи, спанаћ, мешана салата, хлеб, сезонско воће	***Потаж*** : шаргарепа, целер, вода, ,млеко, брашно, першун, зачин, со, уље. ***Панирани*** рибљи штапићи, уље ***Прилог*** : спанаћ, уље, путер, млеко, пиринач, со. ***Салата*** : купус, шаргарепа, уље, јабуково сирће, со. Хлеб, сезонско воће
	школе kcal 835	

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

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

норматив "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 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