

Јеловник за децу
важи од 29.08. 2022 - 02.09.2022 год



* установа задржава право на промену јеловника

дан	доручак 08:00- 9:00	преподневна ужина 11:00 -11:15	ручак 14:00-14:30	састав	воћна ужина 16:00	кексна ужина 17:00
ПОНЕДЕЉАК 29.08.2022	Интегралне пахуље са млеком	***Безглутенска пита са просом, сиром и спанаћем чај са лимуном	Потаж од тиквица, запечене макароне са сиром и јајима, парадајз салата, хлеб	Потаж: тиквице, кромпир, црни лук, шаргарепа, вода, мешавина зачина (босиљак, першун, мирођија), со. Запечене макароне: макароне, фета сир, јаја, со, млеко. Салата: парадајз, уље, со	воће	кекс
УТОРАК 30.08.2022	Ражани хлеб, намаз кајмак са шунком, чај са лимуном	***Уштипци са тиквицом , јогурт	Парадајз чорба са овсеним пахуљама, мусака од тиквица са мешаним месом и поврћем, кисела павлака прилог и хлеб,	Чорба: парадајз пире, уље, црни лук, шаргарепа, целер, пашканат, першун, шећер, ,вода, мајчина душица, со, мешавина зачина, овсене пахуље. Мусака: тиквице, јунеће и свињско месо, шаргарепа, црни и бели лук, пиринач,мешавина зачина (босиљак, першун, мирођија), со, млеко, јаја. Прилог: хлеб, кисела павлака	воће	кекс
СРЕДА 31.08.2022	Хлеб, намаз са крем сиром и шаргарепом и сусамом, млеко	Воћни пудинг	Броколи са пилећим месом и сунцокретом, салата од парадајза и краставаца, интегрални хлеб	Вариво: пилеће бело месо, црни и бели лук, шаргарепа, броколи, кромпир, уље, мешавина зачина (босиљак, першун, мирођија, бибер и со), сунцокрет. Салата :парадајз, краставац, уље, со Прилог: хлеб интегрални	воће	кекс
ЧЕТВРТАК 01.09.2022	Хлеб, домаћи намаз од туне са сусамом, јогурт	***Воћни спелтин колач са шљивама лимунада	Јунећа чорба, рижото са интегралним пириначем, месом и поврћем, салата краставаца са першуном, хлеб	Чорба: јунеће месо, шаргарепа, пашканат, целер, црни лук, млеко, вода, гриз, зачин, бибер, со. Рижото: црни и бели лук, свињско месо, шаргарепа, интегрални пиринач, сезонско мешано поврће, уље, мешавина зачина, оригано, бибер и со. Салата: краставац, першун, уље, јабуково сирће, со. хлеб	воће	кекс
ПЕТАК 02.09.2022	Прженице и какао	Пшеница са бресквом и медом	Паниран ослић, динстана шаргарепа са грашком, краставац салата, хлеб	Паниран ослић, уље. Прилог : шаргарепа, грашак, црни и бели лук, путер, уље, со. Салата: краставац, уље, јабуково сирће, со. хлеб	воће	кекс
	КЈ	Протеини	Масли	Угљени хидрати		
Просек	4483	38	37	164		

* 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