

**LIDO**

LIDO D.O.O. LIDER KETERINGA 11080 ZEMUN UL. Nade Dimić br. 4

Tel/fax: 011/2618-154; 2619-511; 3166-216

www.lidoketering.com; office@lidoketering.com

**PREDLOG JELOVNIKA ZA ISHRANU DECE
U SKOLAMA-PAKOVAN OBROK**

| Datum | Doručak | Ručak | Užina | B | M | UH | E(KCal) |
|---------------------------|--|---|---|-------|-------|-------|---------|
| Ponedeljak 02.05.2022. | | | | | | | |
| Utorak 03.05.2022. | | | | | | | |
| Sreda 04.05.2022. | Sendvič sa namazom od šunke, jogurt | Makarone sa sirom-250g, kiselo mleko-100g, hleb-50g, voće-100g | Tirolska štrudla sa borovnicom, voćni sok | 26.8 | 19.55 | 81.75 | 624.87 |
| Četvrtak 05.05.2022. | Čar na dar, mleko | Potaž-200ml, pileci file-80g, šareni pirinač-150g, integralni hleb-50g, kolač-50g | Piroška sa sirom, jogurt | 33.1 | 23.43 | 83.36 | 688.4 |
| Petak 06.05.2022. | Popara, jogurt | Krompir paprikaš-250g, salata- 70, hleb-50g, voće | Puž sa makom, mleko | 14.9 | 18.95 | 51.3 | 464.56 |
| Ponedeljak 09.05.2022. | Kroasan sa sirom, kiselo mleko | Grašak sa mesom-250g, salata- 70g, hleb-50g, kolač-50g | Puding, mleko | 29.34 | 27.14 | 70.2 | 636.05 |
| Utorak 10.05.2022. | Sendvič sa namazom od tunjevine, kiselo mleko | Pašta šuta-250g, pavlaka-45, hleb-50g, voće-100g | Španska proja, jogurt | 22.15 | 19.92 | 63.4 | 579.12 |
| Sreda 11.05.2022. | Bareno jaje, paradajz, kifla, kiselo mleko | Kapama-250g, kiselo mleko- 100g, hleb-50g, voće-100g | Slani rolat, jogurt | 22.45 | 20.7 | 45.4 | 455.72 |
| Četvrtak 12.05.2022. | Med, puter, kifla, mleko | Kupus sa mesom-250g, hleb- 50g, kolač-50g | Rolnica sa sirom, kiselo mleko | 24.29 | 25.7 | 63.4 | 577.5 |
| Petak 13.05.2022. | Virsla, senf, kifla, jogurt | Čorba od povrća-200ml, pečena piletina-130g, restovan krompir-150g, hleb- 50g, voće-100g | Čokoladni kolač, mleko | 36.98 | 15.55 | 66.6 | 553.6 |