



LIDO D.O.O. 11080 ZEMUN UL. Sibinjanin Janka 48a
Tel/fax: 011/ 2618-154; 2619-511; 3166-216.
www.lidoketering.com; office@lidoketering.com

Ručak

Predlog jelovnika za ishranu dece - Ručak 07.07.-18.07.2025.

	Ponedeljak 07.07.2025.	Utorak 08.07.2025.	Sreda 09.07.2025.	Četvrtak 10.07.2025.	Petak 11.07.2025.
Ručak	Potaz od povrca 200ml, rolovano pilece meso 1kom, dinstana sargarepa 150g, hleb 50g, kolač	Pasulj sa mesom 250g, salata 60g, hleb 50g, voće	Pasta suta 250g, pavlaka 40g, hleb 50g,voće	Supa 200ml, bečka snicla 1kom, bečarac 150g, hleb 50g, voće	Pilav sa pilecim mesom 250g, salata 60g, hleb 50g, kolač 1kom
EV(Kcal)	556.57	483.02	609.38	707.87	570.79
P(g)	27.88	22.42	21.87	21.77	21.34
M(g)	19.87	13.76	25.43	34.61	17.48
UH(g)	68.65	62.84	73.56	79.17	75.83
	Ponedeljak 14.07.2025.	Utorak 15.07.2025.	Sreda 16.07.2025.	Četvrtak 17.07.2025.	Petak 18.07.2025.
Ručak	Makarone sa sirom 250g, kiselo mleko 100g, hleb 50g, voće	Lovacka snicla 1kom, rizi bizi 200g, salata 60g, hleb 50g, kolač	Supa 200ml, punjene paprike 1kom, pire 150g, hleb 50g, kolač	Corba od brokolija 200ml, pecena piletina 1kom, bareni kukuruz 150g, hleb 50g, voće	Musaka od tikvica 250g, salata 60g, hleb 50g, hleb 50g, voće 1kom
EV(Kcal)	587.77	750.9	772.22	712.24	574.33
P(g)	23.57	34.5	21.57	36.03	23.32
M(g)	18.17	26.44	52.52	27.94	22.76
UH(g)	79.56	74.23	68.72	82.13	71.54