



ΛΗΔΟ

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
Termos**

Predlog jelovnika za ishranu dece - Ručak 17.03.-28.03.2025.

	Ponedeljak 17.03.2025.	Utorak 18.03.2025.	Sreda 19.03.2025.	Četvrtak 20.03.2025.	Petak 21.03.2025.
Ručak Termos	Spagete 150g, bolonjez 130g, pavlaka 40g, hleb 50g, voce 1kom	Supa 200ml, pecena piletina 1kom, sareni pirinac 150g, hleb 50g, voce 1kom	Slatki kupus sa mesom 250g, integralni hleb 50g, kolac 1kom	Musaka od krompira 250g, salata 70g, hleb 50g, voce 1kom	Corba od brokolija 200ml, fasirani rolat 1kom, sargarepa na puteru 150g, heb 50g, kolac 1kom
EV(Kcal)	481.41	536.89	556.43	579.61	537.46
P(g)	20.19	30.99	18.30	24.93	20.42
M(g)	19.32	19.44	28.30	17.26	21.84
UH(g)	57.14	59.23	58.00	79.07	67.58
	Ponedeljak 24.03.2025.	Utorak 25.03.2025.	Sreda 26.03.2025.	Četvrtak 27.03.2025.	Petak 28.03.2025.
Ručak Termos	Makarone sa sirom 250g, kiselo mleko 100g, hleb 50g, voce 1kom	Boranija sa mesom 250g, pavlaka 40g, hleb 50g, kolac 1 kom	Potaz od bundeve 200ml, pileci file 1kom, krompir sa blitvom 150g, razani hleb 50g, voce 1kom	Pilav sa mesom 250g, salata 70g, hleb 50g, kolac 1kom	Paradajz corba 200ml, riblje pljeskavice 1kom, bareni kukuruz 150g, hleb 50g, voce
EV(Kcal)	587.77	706.6	501.80	570.79	658.42
P(g)	23.57	19.58	24.91	21.34	18.83
M(g)	18.17	43.69	17.95	17.48	25.57
UH(g)	79.56	59.23	61.74	75.83	90.13



LIDO

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 2

Predlog jelovnika za ishranu dece - Ručak 17.03.-28.03.2025.

	Ponedeljak 17.03.2025.	Utorak 18.03.2025.	Sreda 19.03.2025.	Četvrtak 20.03.2025.	Petak 21.03.2025.
Ručak 2	Corba od brokolija 200ml, fasirani rolat 1kom, sargarepa na puteru 150g, heb 50g, voce 1kom	Spagete 150g, bolonjez 130g, pavlaka 40g, hleb 50g, kolac 1 kom	Musaka od krompira 250g, salata 70g, integralni hleb 50g, voce 1kom	Slatki kupus sa mesom 250g, hleb 50g, kolac 1kom	Supa 200ml, pecena piletina 1kom, sareni pirinac 150g, hleb 50g, voce 1kom
EV(Kcal)	537.46	608.91	579.61	556.43	536.89
P(g)	20.42	22.69	24.93	18.30	30.99
M(g)	21.84	26.07	17.26	28.30	19.44
UH(g)	67.58	71.34	79.07	58.00	59.23
	Ponedeljak 24.03.2025.	Utorak 25.03.2025.	Sreda 26.03.2025.	Četvrtak 27.03.2025.	Petak 28.03.2025.
Ručak 2	Potaz od bundeve 200ml, pileci file 1kom, krompir sa blitvom 150g, hleb 50g, voce	Makarone sa sirom 250g, kiselo mleko 100g, hleb 50g, voce 1kom	Boraniija sa mesom 250g, pavlaka 40g, razani hleb 50g, kolac 1kom	Pilav sa mesom 250g, salata 70g, hleb 50g, voce 1kom	Paradajz corba 200ml, riblje pljeskavice 1kom, bareni kukuruz 150g, hleb 50g, kolac 1kom
EV(Kcal)	501.80	587.77	706.6	443.29	785.92
P(g)	24.91	23.57	19.58	18.84	21.33
M(g)	17.95	18.17	43.69	10.73	32.32
UH(g)	61.74	79.56	59.23	61.63	104.33