



ЈЕЛОВНИК ЗА ОКТОБАР 2024.

<p>01.10.2024. УТОРАК Д- Какао, маслац, трапист сир, хлеб У- Банане Р- Крем чорба од броколија са поврћем, тестенина са млевеним свињским и јунећим месом, салата кисели краставац У- Јабукe</p>	<p>Доручак – 586,6kcal Ужина – 151,3kcal Ручак – 393,6kcal Ужина – 79,5kcal</p>
<p>02.10.2024. СРЕЛА Д- Јогурт, милерам, стишњена шунка у омоту, хлеб У- Сутлијаш Р- Печени пилећи батак и карабатак, шаргарепа вариво, хлеб У- Банане</p>	<p>Доручак – 323,6kcal Ужина – 218kcal Ручак – 396,6kcal Ужина – 151,3kcal</p>
<p>03.10.2024. ЧЕТВРТАК Д- Кисело млеко, милерам, кувано јаје, хлеб У- Воћни јогурт Р- Купус вариво са јунећим месом, хлеб У- Банане</p>	<p>Доручак – 367,8kcal Ужина – 171,6kcal Ручак – 361,8kcal Ужина – 151,3kcal</p>
<p>04.10.2024. ПЕТАК Д- Јогурт, павлака, сардина, црни лук, хлеб У- Јабукe Р- Ајмокац са пилећим белим месом, тестенина, цвекла салата У- Интегрални кекс, сок</p>	<p>Доручак – 366,1kcal Ужина – 79,5kcal Ручак – 309,6kcal Ужина – 240,3kcal</p>
<p>07.10.2024. ПОНЕДЕЉАК Д- Јогурт, милерам, стишњена шунка у омоту, хлеб У- Гриз са чоколадом Р- Чорбаст пасуљ са хамбуршком сланином, хлеб, салата од свежег купуса и шаргарепе У- Јабукe</p>	<p>Доручак – 323,6kcal Ужина – 205,1kcal Ручак - 358,3kcal Ужина – 79,5kcal</p>
<p>08.10.2024. УТОРАК Д- Проја са спанаћем, јогурт део вртића, а део вртића јогурт, павлака, туњевина, црни лук, хлеб У- Банане Р- Кромпир паприкаш са свињским месом, хлеб, салата од свежег купуса У- Јабукe</p>	<p>Доручак – 365,2kcal/341,6kcal Ужина – 151,3kcal Ручак – 394kcal Ужина – 79,5kcal</p>
<p>09.10.2024. СРЕЛА Д- Јогурт, павлака, туњевина, црни лук, хлеб део вртића, а део вртића проја са спанаћем, јогурт У- Плазма кекс, сок Р- Боранија са свињским месом, хлеб У- Банане</p>	<p>Доручак – 341,6kcal/365,2kcal Ужина – 220,7kcal Ручак – 392,2kcal Ужина – 151,3kcal</p>

<p><u>10.10.2024. ЧЕТВРТАК</u> Д- Млеко, маслац, мед, хлеб У- Јогурт, овсене пахуљице Р- Панирани филет ослића, шарено вариво, хлеб У- Банане</p>	<p>Доручак – 521kcal Ужина – 220,7kcal Ручак – 421,4kcal Ужина – 151,3kcal</p>
<p><u>11.10.2024. ПЕТАК</u> Д- Кисело млеко, милерам, кувано јаје, хлеб У- Јабукe Р- Прелив од млeвeног свињског и јунeћег меса, булгур, хлеб У- Интегрални кекс, сок</p>	<p>Доручак – 367,8kcal Ужина – 79,5kcal Ручак – 456,3kcal Ужина – 240,3kcal</p>
<p><u>14.10.2024. ПОНЕДЕЉАК</u> Д- Палента са младим и фета сиром У- Кифлице са воћним пуњењем Р- Чорбаст пасуљ са хамбуршком сланином, хлеб, салата од свежег купуса и шаргарепе У- Банане</p>	<p>Доручак – 193,3kcal Ужина – 150kcal Ручак – 358,3kcal Ужина – 151,3kcal</p>
<p><u>15.10.2024. УТОРАК</u> Д- Јогурт, павлака, скуша, црни лук, хлеб У- Воћни јогурт Р- Рагу чорба, гратиниране макароне са трапсит сиром, цвекла салата део вртића, а део вртића, грашак са јунeћим месом, хлеб У- Јабукe</p>	<p>Доручак – 345,3kcal Ужина – 171,6kcal Ручак – 436,3kcal/421,5kcal Ужина – 79,5kcal</p>
<p><u>16.10.2024. СРЕДА</u> Д- Млеко, маслац, џем од шипурка, хлеб У- Јогурт, кукурузне пахуљице Р- Панирани филет ослића, динстани пиринач, хлеб, салата кисели краставац У- Банане</p>	<p>Доручак – 439,5kcal Ужина – 201,1kcal Ручак - 457,1kcal Ужина – 151,3kcal</p>
<p><u>17.10.2024. ЧЕТВРТАК</u> Д - Јогурт, милерам, стишњена шунка у омоту, хлеб У- Банане Р- Грашак са јунeћим месом, хлеб део вртића, а део вртића рагу чорба, гратиниране макароне са трапсит сиром, цвекла салата У- Јабукe</p>	<p>Доручак – 323,6kcal Ужина – 151,3kcal Ручак – 421,5kcal/436,3kcal Ужина – 79,5kcal</p>
<p><u>18.10.2024. ПЕТАК</u> Д- Јогурт, милерам, кувано јаје, хлеб У- Јабукe Р- Ајмокац са пилећим белим месом, тестенина, цвекла салата У- Плазма кекс, сок</p>	<p>Доручак – 376,6kcal Ужина – 79,5kcal Ручак – 309,6kcal Ужина – 220,7kcal</p>
<p><u>21.10.2024. ПОНЕДЕЉАК</u> Д- Млеко, маслац, џем од кајсија, хлеб У- Јогурт, овсене пахуљице Р- Чорбаст пасуљ са хамбуршком сланином, хлеб, салата од свежег купуса У- Јабукe</p>	<p>Доручак – 439,5kcal Ужина – 220,7kcal Ручак – 356,8kcal Ужина – 79,5kcal</p>

<p><u>22.10.2024. УТОРАК</u> Д- Царска пита, јогурт део вртића, а део вртића јогурт, павлака, туњевина, црни лук, хлеб У- Јабуке Р- Прелив од млевеног свињског и јунећег меса, булгур, хлеб У- Банане</p>	Доручак – 359,3kcal/341,6kcal Ужина – 79,5kcal Ручак – 456,3kcal Ужина – 151,3kcal
<p><u>23.10.2024. СРЕДА</u> Д- Јогурт, павлака, туњевина, црни лук, хлеб део вртића, а део вртића царска пита, јогурт У- Банане Р- Грашак вариво са свињским месом, хлеб У- Јабуке</p>	Доручак – 341,6kcal/359,3kcal Ужина – 151,3kcal Ручак – 377kcal Ужина – 79,5kcal
<p><u>24.10.2024. ЧЕТВРТАК</u> Д- Јогурт, милерам, стишњена шунка у омоту, хлеб У- Пудинг од проса са чоколадом Р- Фаширане шницле, шаргарепа вариво, хлеб У- Банане</p>	Доручак – 323,6kcal Ужина – 227,6kcal Ручак – 415,2kcal Ужина – 151,3kcal
<p><u>25.10.2024. ПЕТАК</u> Д- Кисело млеко, милерам, кувано јаје, хлеб У- Воћни јогурт Р- Купус вариво са јунећим месом, хлеб У- Интегрални кекс, сок</p>	Доручак – 367,8kcal Ужина – 171,6kcal Ручак – 361,8kcal Ужина – 240,3kcal
<p><u>28.10.2024. ПОНЕДЕЉАК</u> Д- Јогурт, павлака, сардина, црни лук, хлеб У- Тарана са млеком Р- Чорбаст пасуљ са хамбуршком сланином, хлеб, салата од свежег купуса и шаргарепе У- Банане</p>	Доручак – 366,1kcal Ужина – 213,6kcal Ручак – 358,3kcal Ужина – 151,3kcal
<p><u>29.10. УТОРАК</u> Д- Јогурт, милерам, стишњена шунка у омоту, хлеб У- Плазма куглице део вртића, а део вртића банане Р- Рижото са свињским месом, хлеб, цвекла салата У- Јабуке</p>	Доручак – 323,6kcal Ужина – 276,7kcal/151,3kcal Ручак – 490,2kcal Ужина – 79,5kcal
<p><u>30.10.2024. СРЕДА</u> Д- Јогурт, милерам, кувано јаје, хлеб У- Банане део вртића, а део вртића плазма куглице Р- Боранија са свињским месом, хлеб У- Јабуке</p>	Доручак – 376,6kcal Ужина – 151,3kcal/276,7kcal Ручак – 392,2kcal Ужина – 79,5kcal
<p><u>31.10.2024. ЧЕТВРТАК</u> Д- Какао, маслац, трапист сир, хлеб У- Воћни јогурт Р- Чорба од мешаног поврћа са јајима, тестенина са млевеним свињским и јунећим месом, цвекла салата У- Банане</p>	Доручак – 586,6kcal Ужина – 171,6kcal Ручак – 382,5kcal Ужина – 151,3kcal

Контакт телефони централне кухиње: 021/2102747 и 021/2102740