



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

Predlog jelovnika za ishranu dece - Doručak 16.09.-20.09.2024

	Ponedeljak 16.09.2024.	Utorak 17.09.2024.	Sreda 18.09.2024.	Cetvrtak 19.09.2024.	Petak 20.09.2024.
Doručak	Pita sa sirom 1kom, jogurt 180g	Slanina 30g, pavlaka 30g, kifla 1kom, jogurt 180g	Med 20g, puter 10g, kifla 1kom, mleko 250ml	Palacinke sa sirom 1kom, vocni sok 180ml	Projara, kiselo mleko 180g
EV(Kcal)	343.93	439	313.05	379.44	501
P(g)	15.55	16.93	15.41	16.42	14.64
M(g)	18.62	24.52	23.37	7.97	29.88
UH(g)	29.97	37.52	34.11	65.84	43.74



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

Predlog jelovnika za ishranu dece - Užina 16.09.-20.09.2024

	Ponedeljak 16.09.2024.	Utorak 17.09.2024.	Sreda 18.09.2024.	Cetvrtak 19.09.2024.	Petak 20.09.2024.
Užina	Koh 100g, mleko 250ml	Integralni trougao sa sirom I semenkama 1 kom, kiselo mleko 180g	Sendvic sa pilecim prsima u kajzrici 1 kom, vocni sok 200ml	Puzic sa fetom I paprikom 1 kom, jogurt 180g	Cokoladni kolac 1kom, mleko 250ml
EV(Kcal)	287	576.6	382	409.2	566.98
P(g)	12.9	13.08	11.9	20.12	20.98
M(g)	11.8	39	11.2	14.97	24.86
UH(g)	32.85	44.58	58.8	48.5	65.36



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

Predlog jelovnika za ishranu dece - Užina 16.09.-20.09.2024

	Ponedeljak 16.09.2024.	Utorak 17.09.2024.	Sreda 18.09.2024.	Cetvrtak 19.09.2024.	Petak 20.09.2024.
Užina	Koh 100g	Integralni trougao sa sirom I semenkama 1 kom	Sendvic sa pilecim prsima u kajzrici 1 kom	Puzic sa fetom I paprikom 1 kom	Cokoladni kolac 1kom
EV(Kcal)	142	427.2	288	310.2	421.98
P(g)	5.4	7.68	11.7	14.72	13.48
M(g)	3.8	28.2	11	9.93	16.86
UH(g)	21.6	36.48	35.4	40.4	54.11



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

Predlog jelovnika za ishranu dece - Ručak 16.09.-20.09.2024

	Ponedeljak 16.09.2024.	Utorak 17.09.2024.	Sreda 18.09.2024.	Cetvrtak 19.09.2024.	Petak 20.09.2024.
Ručak	Djuvec sa mesom 250g, salata 70g, hleb 50g, voce	Supa 200ml, fasirani rolat 1kom, restovan krompir 150g, salata 70g, hleb 50g, voce 1kom	Pasta suta 250g, pavlaka 40g, integralni hleb 50g, voce 1kom	Sladak kupus sa mesom 250g, hleb 50g, kolac 1kom	Paradajz corba 200ml, pecena piletina 1kom, prebranac 150g, hleb 50g, voce 1kom
EV(Kcal)	446.36	603.27	609,38	556,43	734
P(g)	19.41	54.86	21,87	18,30	37.96
M(g)	11.72	49.26	25,43	28,30	35.42
UH(g)	61.28	104.52	73,56	58	62.92



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

Predlog jelovnika za ishranu dece - Ručak 16.09.-20.09.2024

	Ponedeljak 16.09.2024.	Utorak 17.09.2024.	Sreda 18.09.2024.	Cetvrtak 19.09.2024.	Petak 20.09.2024.
Ručak	Supa 200ml, fasirani rolat 1kom, restovan krompir 150g, salata 70g, hleb 50g, voce 1kom	Pasta suta 250g, pavlaka 40g, hleb 50g, voce 1kom	Sladak kupus sa mesom 250g, integralni hleb 50g, kolac 1kom	Paradajz corba 200ml, pecena piletina 1kom, prebranac 150g, hleb 50g, voce 1kom	Djuvec sa mesom 250g, salata 70g, hleb 50g, voce 1kom
EV(Kcal)	603.27	609,38	556,43	734	446.36
P(g)	54.86	21,87	18,30	37.96	19.41
M(g)	49.26	25,43	28,30	35.42	11.72
UH(g)	104.52	73,56	58	62.92	61.28