| Датум | Доручак | Ужина | Ручак |
|---|---|---|---|
| Понедељак | Биљни чај 150-200мл<br>намаз од туњевине и крем сира 20гр<br>хлеб 50гр | Воће-јабуке 100гр | Боранија са јунећим месом 200-250гр<br>Прилог-јогурт 20гр<br>Хлеб 50гр |
| Уторак | Млеко 150-200мл<br>намаз-мармелада 20гр<br>Хлеб 50гр | Кифла са сиром 70-90гр | Пасуљ са поврћем 200-250гр<br>купус салата 40гр<br>хлеб 50гр |
| Среда | Воћни чај 150-200гр<br>намаз-пилећа паштета 20гр<br>хлеб 50гр | Воће-грожђе 100гр | Кромпир паприкаш са пилећим месом 200-250гр<br>салата-краставци 40гр<br>хлеб 50гр |
| Четвртак | Биљни чај 150-200гр<br>сендвич са маргарином и пилећим прсима 25гр<br>Хлеб 50гр | Млечна ужина-пудинг од ваниле 100-150гр | **Сладак купус са свињским месом 200-250гр**<br>хлеб 50гр |
| Петак | Јогурт 150-200гр<br>пројара са сиром 90-120гр | Кекс-петит 40гр и сок 150мл | **Болоњезе сос са млевеним месом 150-200гр**<br>**макароне 100-150гр**<br>**хлеб 50гр** |

| | КЈ | Беланчевине | | | Масти | | | Угљени хидрати | Минерали | | Витамини | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | биљ. | жив. | укупно | биљ. | жив. | укупно | | калцијум | гвожђе | А | Б1 | Б2 | Ц | нијацин |
| **Јасле** | **1247** | 11,9 | 19,4 | 31,3 | 12,5 | 16,6 | 29,1 | 134,2 | 536,4 | 8,97 | 891 | 0,74 | 0,89 | 67,4 | 5,3 |
| **Вртић** | **1392** | 15,6 | 26,9 | 42,5 | 19,4 | 21,5 | 40,9 | 160,3 | 783,2 | 9,83 | 982 | 0,85 | 1,21 | 71,2 | 5,5 |

За јаслице деца добијају адекватну замену и пасирану храну, алергична деца такође

# Предшколска установа „ДУГА“ Аранђеловац

***Јеловник сачинила:***

*Јеловник сачинила:*
*нутрициониста дијететичар* – **Данијела Стојановић**

## Јеловник за период

**Од 12.10.2026. до 16.10.2026.**