

Јеловник за децу од 7 до 10 година

Недељни преглед доручка, ужине и ручка

ОБРОК	ПОНЕДЕЉАК	УТОРАК	СРЕДА	ЧЕТВРТАК	ПЕТАК
ДОРУЧАК	• интегрални хлеб • свежи сир • пилећа прса • парадајз • јогурт	• интегрални хлеб • омлет од јаја • сир • млеко	• хлеб • рибља паштета од туњевине • краставац • јогурт	• хлеб • павлака • печеница • зелена салата • кисело млеко	• хлеб • крем сир • барено јаје • какао
УЖИНА	• чоколадни мафини	• интегралне палачинке • џем од шљива	• сутлијаш	• интегрални кекс • банана • јогурт	• пита са јабукама • чај са лимуном
РУЧАК	• слатки купус са месом • салата од краставаца • хлеб • воће	• грашак са пилећим месом • салата • хлеб • воће	• пасуљ са сувим месом • салата од свежег купуса • интегрални хлеб • воће	• јунеће ћуфте у парадајз сосу • кромпир пире • салата • интегрални хлеб	• панирана риба • спанаћ као прилог • хлеб • кисело млеко

● Напомена: Школа задржава права на измену јеловника у случају непредвиђених ситуација.

Јеловник за децу од 7 до 10 година

Недељни преглед доручка, ужине и ручка

ОБРОК	ПОНЕДЕЉАК	УТОРАК	СРЕДА	ЧЕТВРТАК	ПЕТАК
ДОРУЧАК	• качамак са сиром • јогурт	• хлеб • маслац • џем • млеко	• интегрални хлеб • сир • омлет са јајима • млеко	• попара са сиром • јогурт	• хлеб • туњевина • кувано јаје • краставац • јогурт
УЖИНА	• чоколадни колач • чај	• гриз на млеку са циметом • банана	• мафин са пахуљицама и спанаћем • чај	• сутлијаш са какаом	• царска пита са сиром и поврћем • јогурт
РУЧАК	• боранија са јунећим месом • салата • хлеб • воће	• рибљи филе • риж са поврћем • салата • хлеб • воће	• шпагете са болоњезе сосом • јогурт • салата • воће	• крем чорба од поврћа са пилетином • салата • хлеб • воће	• кромпир паприкаш са јунетином • салата • хлеб • воће

● Напомена: Школа задржава права на измену јеловника у случају непредвиђених ситуација.

Јеловник за децу од 7 до 10 година

Недељни преглед доручка, ужине и ручка

ОБРОК	ПОНЕДЕЉАК	УТОРАК	СРЕДА	ЧЕТВРТАК	ПЕТАК
ДОРУЧАК	• интегрални / полубели хлеб • кувана јаја • пилећа прса • парадајз • млеко	• мини пица на интегралном хлебу • јогурт	• интегралне макароне са сиром • јогурт	• качамак са сиром • јогурт	• хлеб • омлет са спанаћем • јогурт
УЖИНА	• банана хлеб са овсеним брашном • млеко	• мафин од проса • јогурт	• пита са спанаћем • јогурт	• палачинке са здравим кремом	• воћни мафин са боровницом • млеко
РУЧАК	• пилав од интегралног пиринча са пилећим месом • салата • хлеб • воће	• сочиво са месом • салата • хлеб • воће	• чушпајз са пилетином • салата • хлеб • воће	• филе ослића • рестовани кромпир • салата • воће	• фаширана векна • вариво од шаргарепе и кромпира • салата • хлеб • воће

● Напомена: Школа задржава права на измену јеловника у случају непредвиђених ситуација.

Јеловник за децу од 7 до 10 година

Недељни преглед доручка, ужине и ручка

ОБРОК	ПОНЕДЕЉАК	УТОРАК	СРЕДА	ЧЕТВРТАК	ПЕТАК
ДОРУЧАК	• хлеб • павлака • пилећа прса • јогурт	• хлеб • путер • мед • чај	• хлеб • јаја на око • сезонска салата • јогурт	• хлеб • рибља паштета од туњевине • јогурт	• проја са сиром • јогурт
УЖИНА	• колач са вишњама • чај	• гриз на млеку • банана	• мафин са тиквицама • јогурт	• интегрални кекс • млеко	• овсене пахуљице • банана • јогурт
РУЧАК	• гулаш са јунећим месом • интегралне макароне • салата • воће	• ђувеч са јунећим месом • салата • хлеб • воће	• свињско печење • поврће • салата • хлеб • воће	• отворена сарма од слатког купуса са млевеним месом • сезонска салата • хлеб • воће	• батак и карабатак • пире • сезонска салата • воће

Напомена: Школа задржава права на измену јеловника у случају непредвиђених ситуација.