

PREDLOG JELA ZA TEKUĆU NEDELJU



	PONEDELJAK	UTORAK	SREDA	ČETVRTAK	PETAK
Doručak	Proso sa sirom i spanaćem	Namaz od mladog sira, sveže cvekle, belog luka, kuvano jaje	Gibanica, jogurt	Integralna testenina sa povrćem	*****
Užina	VOĆE	VOĆE	VOĆE	VOĆE	VOĆE
Ručak	Grašak sa junetinom, salata od cvekle	Pečena riba, krompir sa blitvom, kiseli krastavčići	Pilav, zelena salata	Kuvani kupus, kukuruzna pogača	*****
Užina	Ječmeno pecivo sa makom i višnjama, čaj	Integralni sutlijaš sa kokosom i suvim grožđem	Domaći slatki namaz, suve šljive, banana, med, rogač, kakao, limun	Integralna lenja pita sa jabukama	*****

PREDLOG JELA ZA TEKUĆU NEDELJU



	PONEDELJAK	UTORAK	SREDA	ČETVRTAK	PETAK
Doručak	Integralna pogača sa sirom i susamom, jogurt	Domaći namaz od graška, slanine i povrća, čaj	Kajgana sa lukom, kakao	Kukuruzne pogačice sa puterom i semenkama lana, susama, suncokreta, golice	Domaći pileći namaz, čaj
Užina	VOĆE	VOĆE	VOĆE	VOĆE	VOĆE
Ručak	Sočivo sa povrćem, salata od kupusa, šargarepe, celera i jabuke	Čorba od karfiola, pečena riba, pire od spanaća i krompira	Paradajz čorba, sarma sa krompir pireom	Ćureći pilav sa povrćem i geršlom, salata od mešane turšije	Pileći ajmokac u bešamel sosu, prilog – kačamak, vitaminska salata od kupusa, šargarepe i cvekle
Užina	Domaći puding od kuvanog ovsa u zrnju sa voćem	Ovsena štrudla sa džemom i orasima	Komisbrot sa svežim i suvim voćem, mleko	Namaz od banane i putera sa suvim šljivama, medom i orasima	Ječmeni kolač sa makom i šljivama

...
...

PREDLOG JELA ZA TEKUĆU NEDELJU



	PONEDELJAK	UTORAK	SREDA	ČETVRTAK	PETAK
Doručak	Proso sa sirom i spanaćem	Domaći namaz od graška i jaja, jogurt	Omlet sa tikvicama, namaz od ajvara	Domaći pileći namaz, čaj	Integralna zapečena testenina sa sirom i jajima
Užina	VOĆE	VOĆE	VOĆE	VOĆE	VOĆE
Ručak	Pasulj sa povrćem, vitaminska salata.	Pečena riba, rižoto od geršle sa povrćem, kiseli krastavčići	Boraniya sa junetinom, zelena salata sa rotkvicama	Sarma, pire krompir	Čorba od bundeve, pečeni fileti ćuretine, povrće u sosu
Užina	Ječmeni kolač sa kruškama	Heljdini pužići sa semenkama i sirom	Integralna štrudla sa rogačem, suvim grožđem i medom	Integralni domaći keks, kompot od suvih šljiva, jabuka i limuna.	Slatki namaz od putera, meda i susama

...