



Децата од 2-6 годишна возраст јадат во хигиенско уредена просторија – трпезарија. Секое дете има место за седење покрај маса и се поттикнува постепено, целосно, културно, самостојно, полака и тивко да јаде, во исто време со другите деца.



ЈОУДГ „МИЛО МОЕ„-ЧУЧЕР САНДЕВО
ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
1 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД СЕПТЕМВРИ ДО МАЈ
2-6 год

	<u>ПОЈАДОК</u> (ОД 08: 30-09 :00 ЧАСОТ)	<u>I УЖИНА</u> (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	<u>РУЧЕК</u> (12 :30 ЧАСОТ)	<u>II УЖИНА</u> (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	Палента со сирење или павлака ,јогурт	Сезонско овошје	вариво од макарони со јунешко мелено месо и зеленчук, салата и биолошки леб	сутлијаш
ВТОРНИК	Биолошки леб со намаз од млечна паштета(варено јајце, путер, сирење), напиток – јогурт/чај	Сезонско овошје	вариво од компир со пилешко месо и салата и биолошки леб	овошен јогурт
СРЕДА	Биолошки леб со намаз од павлака и парче кравји кашкавал Напиток јогурт/чај	Сезонско овошје	вариво од боранија со јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб	Овошен колач
ЧЕТВРТОК	Биолошки леб со намаз од путер и џем напиток млеко	Сезонско овошје	Вариво од грав со зеленчук,салата,биолошки леб и десерт крем банана	Месена ужинка
ПЕТОК	Биолошки леб со намаз од крем сир напиток чај	Сезонско овошје	вариво од ориз со пилешко месо и салата и биолошки леб	Гриз со млеко и рендано јаболко

Листата на јадења може да претрпи измени во случај на недостиг на некои од намирниците.

ЈОУДГ „МИЛО МОЕ„-ЧУЧЕР САНДЕВО
ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
2 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД СЕПТЕМВРИ ДО МАЈ
2- 6 години

	<u>ПОЈАДОК</u> (ОД 08:30-09:00 ЧАСОТ)	<u>I УЖИНА</u> (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	<u>РУЧЕК</u> (12 :30 ЧАСОТ)	<u>II УЖИНА</u> (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	Макарони со сирење и јогурт/чај	Сезонско овошје	вариво од леќа со зеленчук(пиперка, морков,кромид),јаце варено ,салата биолошки леб	млечен пудинг
ВТОРНИК	Биолошки леб со намаз од туна риба , наух и варено јајце Напиток Чај	Сезонско овошје	супа од јунешка коска и зеленчук,мусака од компир,јунешко мелено месо, зеленчук , салата	проја со урда, спанаќ и јогурт
СРЕДА	Биолошки леб со павлака, варено јајце и парче сирење Напиток чај	Сезонско овошје	вариво од зелка со јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб	Гриз со млеко и овошје
ЧЕТВРТОК	Биолошки леб со намаз од путер и мед со млеко	Сезонско овошје	вариво од компир со зеленчук ,салата ,биолошки леб	бисквит торта
ПЕТОК	Чоко-моко со млеко	Сезонско овошје	зеленчукова супа, пире од компир, гулаш со јунешко месо и печурки, салата	Кох

Листата на јадења може да претрпи измени во случај на недостиг на некои од намирниците.

ЈОУДГ „МИЛО МОЕ„-ЧУЧЕР САНДЕВО
ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
3 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД СЕПТЕМВРИ ДО МАЈ
 2-6 год

	<u>ПОЈАДОК</u> (ОД 08: 30-09 :00 ЧАСОТ)	<u>I УЖИНА</u> (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	<u>РУЧЕК</u> (12 :30 ЧАСОТ)	<u>II УЖИНА</u> (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	Тарана со сирење и јогурт/ чај од шипка	Сезонско овошје	Супа , полнети пиперки или тиквички(говетско мелено месо, ориз), салата, биолошки леб/ макарони со болињезе сос(мелено говетско месо, доматно пире),салата	Бомбици од варена пченица
ВТОРНИК	Биолошки леб и парче топено сирење Напиток Чај	Сезонско овошје	Пилешка супа, тава со ориз со зеленчук и пилешко месо,сезонска салата, биолошки леб	Палачинка
СРЕДА	Омлет со сирење, биолшки леб, Напиток -јогурт/ чај	Сезонско овошје	вариво од грашок со јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб	Овошна салата
ЧЕТВРТОК	Биолошки леб со намаз од путер и џем Напиток млеко	Сезонско овошје	Вариво грав со месо(тавче гравче), сезонска салата, биолошки леб	Овошен колач
ПЕТОК	Овесни снегулки со јогурт или млеко и мед	Сезонско овошје	Вариво со компир и јунешко месо (Македонска јанија), сезонска салата, биолошки леб	Сирењак со јогурт/ Чоко бисквит

Листата на јадења може да претрпи измени во случај на недостиг на некои од намирниците.

ЈОУДГ „МИЛО МОЕ„-ЧУЧЕР САНДЕВО
ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
4 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД СЕПТЕМВРИ ДО МАЈ
2- 6 години

	<u>ПОЈАДОК</u> (ОД 08: 30-09 :00 ЧАСОТ)	<u>I УЖИНА</u> (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	<u>РУЧЕК</u> (12 :30 ЧАСОТ)	<u>II УЖИНА</u> (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	Бисквити со млеко	Сезонско овошје	Спанаќ, вариво со ориз и јунешко мелено месо, сезонска салата, биолошки леб	сутлијаш
ВТОРНИК	Јуфки со сирење/ јогурт или чај	Сезонско овошје	вариво од компир со пилешко месо и салата и биолошки леб	Крофна / кросан
СРЕДА	Мекици и сирење /планински чај Пржени кришки со сирење и чај	Сезонско овошје	Супа,риба филе ослич со рестован компир, сезонска салата	Млечен пудинг
ЧЕТВРТОК	Биолошки леб со намаз од путер и мед со млеко	Сезонско овошје	вариво од зелка со јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб	Овошна салата
ПЕТОК	Пченкарни снегулки (корнфлекс)со јогурт	Сезонско овошје	Супа, ќофте од јунешко мелено месо	Печено јаболко со мед

Листата на јадења може да претрпи измени во случај на недостиг на некои од намирниците.



Планирање на потребите од хранливи материи за децата од оваа возраст е условена од интензитетот во растењето на малиот организам и вонредно изразена физичка активност. Растојание меѓу оброците е најмалку три (3) часа. Децата се хранат индивидуално од страна на возрасен при што се формираат навики за исхрана – козумирање на храна во одредено време и правилно држење на телото при седење на столче. Со зголемување на возраста на децата, според технологија на приготвувањето, оброците сè повеќе личат на оброци за возрасни.



ЈОУДГ „МИЛО МОЕ„-ЧУЧЕР САНДЕВО
ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
1 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД СЕПТЕМВРИ ДО МАЈ
0-2 години

	<u>ПОЈАДОК</u> (ОД 08: 00-08 :30 ЧАСОТ)	<u>I УЖИНА</u> (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	<u>РУЧЕК</u> (12 :30 ЧАСОТ)	<u>II УЖИНА</u> (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	Палента со павкака/јогурт	Пире од овошје	вариво од макарони со јунешко мелено месо и зеленчук, салата и биолошки леб	сутлијаш
ВТОРНИК	Бисквити со млеко	Пире од овошје	вариво од компир со пилешко месо , сезонска салата и биолошки леб	Овошен јогурт
СРЕДА	Кашичка од моркови(зеленчук), млеко/чај	Пире од овошје	вариво од боранија со јунешко месо и зеленчук, сезонска салата и биолошки леб	Овошен колач
ЧЕТВРТОК	Кашичка од фиде-јупки со сирење или павлака, јогурт	Пире од овошје	грав со зеленчук,сезонска салата,биолошки леб и десерт крем банана	Бисквити со млеко
ПЕТОК	Кашичка од овесни снегулки со кисело млеко	Пире од овошје	вариво од ориз со пилешко месо сезонска салата и биолошки леб	Гриз со млеко и рендано јабољко

Листата на јадења може да претрпи измени во случај на недостиг на некои од намирниците.

ЈОУДГ „МИЛО МОЕ„-ЧУЧЕР САНДЕВО
ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
2 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД СЕПТЕМВРИ ДО МАЈ
0-2 години

	<u>ПОЈАДОК</u> (ОД 08: 00-08 :30 ЧАСОТ)	<u>I УЖИНА</u> (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	<u>РУЧЕК</u> (12 :30 ЧАСОТ)	<u>II УЖИНА</u> (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	Гриз со млеко	Пире од овошје	вариво од леќа со зеленчук(пиперка, морков,кромид),јаце варено ,салата биолошки леб	млечен пудинг
ВТОРНИК	Тарана со сирење, јогурт	Пире од овошје	супа од јунешка коска и зеленчук,мусака од компир,јунешко мелено месо, зеленчук ,сезонска салата	Бисвити и млеко
СРЕДА	Кашичка од просо со јаболко	Цеден сок од сезонско овошје/компот од суви сливи	вариво од зелка со јунешко месо и зеленчук, сезонска салата и биолошки леб	Гриз со млеко и овошје
ЧЕТВРТОК	Чоколино/фрутолоно Напиток млеко	Пире од овошје	вариво од компир со зеленчук ,салата ,биолошки леб	бисквит торта
ПЕТОК	Кашичка од палента со сирење и жолчка	Пире од овошје	зеленчукова супа, пире од компир, гулаш со јунешко месо и печурки, салата	кох

Листата на јадења може да претрпи измени во случај на недостиг на некои од намирниците.

ЈОУДГ „МИЛО МОЕ„-ЧУЧЕР САНДЕВО
ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
3 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД СЕПТЕМВРИ ДО МАЈ
0-2 год

	<u>ПОЈАДОК</u> (ОД 08: 00-08 :30 ЧАСОТ)	<u>I УЖИНА</u> (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	<u>РУЧЕК</u> (12 :30 ЧАСОТ)	<u>II УЖИНА</u> (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	Кашичка од морков(зеленчук), млеко	Пире од овошје	Супа , полнети пиперки или тиквички(говетско мелено месо, ориз), салата, биолошки леб/макарони со болињезе сос(мелено говетско месо, доматно пире),салата	Бомбици од варена пченица
ВТОРНИК	Кашичка со мелен ориз и жолчка/ чај	Пире од овошје	Пилешка супа, тава со ориз со зеленчук и пилешко месо,сезонска салата, биолошки леб	Бисквити со млеко
СРЕДА	Бисквити и млеко	Пире од овошје	вариво од грашок со јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб	Кашичка од овошје
ЧЕТВРТОК	Гриз со млеко	Пире од овошје	Вариво грав со месо(тавче гравче), сезонска салата, биолошки леб	Овошен колач
ПЕТОК	Кашичка од овесни снегулки со кисело млеко	Пире од овошје	Вариво со компир и јунешко месо (Македонска јанија), сезонска салата, биолошки леб	Гриз со млеко и пасирано овошје

Листата на јадења може да претрпи измени во случај на недостиг на некои од намирниците.

ЈОУДГ „МИЛО МОЕ„-ЧУЧЕР САНДЕВО
ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
4 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД СЕПТЕМВРИ ДО МАЈ
0-2 години

	<u>ПОЈАДОК</u> (ОД 08: 00-08 :30 ЧАСОТ)	<u>I УЖИНА</u> (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	<u>РУЧЕК</u> (12 :30 ЧАСОТ)	<u>II УЖИНА</u> (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	Бисквити со млеко	Пире од овошје	Спанаќ, вариво со ориз и јунешко мелено месо, сезонска салата, биолошки леб	сутлијаш
ВТОРНИК	Гриз со млеко и сезонско пасирано овошје	Пире од овошје	вариво од компир со пилешко месо и салата и биолошки леб	Бисквити со млеко
СРЕДА	Пире од зеленчул(морков) чај	Пире од овошје	Супа,риба филе ослич со рестован компир, сезонска салата	Млечен пудинг
ЧЕТВРТОК	Тарана со сирење/ чај	Пире од овошје	вариво од зелка со јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб	Кашичка од овошје
ПЕТОК	Кашичка со мелен ориз и жолчка/ чај	Пире од овошје	Супа, кофте од јунешко мелено месо	Пасирани вомбици од пченица и печено јабољко

Листата на јадења може да претрпи измени во случај на недостиг на некои од намирниците.

ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
1-3 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД ЈУНИ ДО АВГУСТ

	ПОЈАДОК/ПОЈАДОК ЈАСЛИ (ОД 08: 00-08 :30 ЧАСОТ)	1-ВА УЖИНА/1-ВА УЖИНА ЈАСЛИ (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	РУЧЕК/РУЧЕК ЈАСЛИ (РУЧЕК ГРАДИНКА 12 :30, РУЧЕК ЈАСЛИ 12: 00 ЧАСОТ)	2-РА УЖИНА/2-РА УЖИНА ЈАСЛИ (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	<u>Градинка:</u> Палента со изварка и чај од шипка <u>Јасли:</u> Палента со изварка и чај од шипка	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка:</u> вариво од макарони со јунешко мелено месо и зеленчук, салата и биолошки леб <u>Јасли:</u> вариво од макарони со јунешко мелено месо и зеленчук, салата и биолошки леб	<u>Градинка:</u> сезонскоовошје <u>Јасли:</u> пире од овошје
ВТОРНИК	<u>Градинка:</u> Биолошки леб со намаз од путер и мармалад со млеко <u>Јасли:</u> Гриз со млеко	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка:</u> вариво од компир со пилешко месо и салата и биолошки леб <u>Јасли:</u> вариво од компир со пилешко месо и салата и биолошки леб	<u>Градинка:</u> диња <u>Јасли:</u> диња
СРЕДА	<u>Градинка:</u> лајбича со кашкавал и чај <u>Јасли:</u> Тарана со изварка	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка :</u> вариво од боранија со јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб <u>Јасли:</u> вариво од боранија со јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб	<u>Градинка:</u> Сезонско Овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје
ЧЕТВРТОК	<u>Градинка :</u> Чоко-моко со млеко <u>Јасли:</u> Бисквити со млеко	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка :</u> грав со зеленчук,салата,биолошки леб и десерт крем банана <u>Јасли:</u> грав со зеленчук,салата,биолошки леб и десерт крем банана	<u>Градинка:</u> лубеница <u>Јасли:</u> лубеница
ПЕТОК	<u>Градинка :</u> намаз од павлака/крем сир <u>Јасли:</u> Палента со изварка и чај	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка :</u> вариво од ориз со пилешко месо и салата и биолошки леб <u>Јасли :</u> вариво од ориз со пилешко месо и салата и биолошки леб	<u>Градинка:</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје

ЛИСТА НА ЈАДЕЊА
2-4 НЕДЕЛА ЗА МЕСЕЦИТЕ ОД ЈУНИ ДО АВГУСТ

	ПОЈАДОК/ПОЈАДОК ЈАСЛИ (ОД 08: 00-08 :30 ЧАСОТ)	1-ВА УЖИНА/1-ВА УЖИНА ЈАСЛИ (ВО 10: 30 ЧАСОТ)	РУЧЕК/РУЧЕК ЈАСЛИ (РУЧЕК ГРАДИНКА 12 :30, РУЧЕК ЈАСЛИ 12: 00 ЧАСОТ)	2-РА УЖИНА/2-РА УЖИНА ЈАСЛИ (ВО 15: 30 ЧАСОТ)
ПОНЕДЕЛНИК	<u>Градинка:</u> Макарони со изворка и чај од шипка <u>Јасли:</u> Макарони со изворка и чај од шипка	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка:</u> вариво од леќа со зеленчук(пиперка, морков,кромид),салата биолошки леб <u>Јасли:</u> вариво од леќа со зеленчук(пиперка, морков,кромид),салата биолошки леб	<u>Градинка:</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> сезонско овошје
ВТОРНИК	<u>Градинка:</u> Биолошки леб со намаз од путер и мармалад со млеко <u>Јасли:</u> Гриз со млеко	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка:</u> вариво од грашок со пилешко месо, салата и биолошки леб <u>Јасли:</u> вариво од грашок со пилешко месо, салата и биолошки леб	<u>Градинка:</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> сезонско овошје
СРЕДА	<u>Градинка:</u> Намаз од павлака и чај <u>Јасли:</u> Тарана со изварка	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка :</u> вариво од тиквицисо јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб <u>Јасли:</u> вариво од тиквици со јунешко месо и зеленчук, салата и биолошки леб	<u>Градинка:</u> таратур <u>Јасли:</u> таратур
ЧЕТВРТОК	<u>Градинка :</u> Намаз од путре и мед со млеко <u>Јасли:</u> Бисквити со млеко	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка :</u> вариво од компир со зеленчук ,салата ,биолошки леб <u>Јасли:</u> вариво од компир со зеленчук ,салата ,биолошки леб	<u>Градинка:</u> диња <u>Јасли:</u> диња
ПЕТОК	<u>Градинка :</u> биолошки леб и парче топено сирење напиток чај <u>Јасли:</u> Палента со изварка и чај од шипка	<u>Градинка :</u> сезонско овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје	<u>Градинка :</u> вариво од ориз со јунешко мелено месо, салата и биолошки леб <u>Јасли :</u> вариво од ориз со јунешко мелено месо, салата и биолошки леб	<u>Градинка:</u> Сезонско Овошје <u>Јасли:</u> пире од овошје

Нормативи

ОД 1-3 години

	246 ккал. (1030
- појадокот учествува со 20%, или	KJ);
- ужината 1 учествува со 10%, или	123 ккал. (515 KJ);
	430 ккал. (1800
- ручекот учествува со 35%, или	KJ);
- ужината 2 учествува со 15%, или	185 ккал. (775 KJ).
Вкупно:	984 ккал. (4120 KJ)

ОД 4-6 години

	429	(1792
појадокот учествува со 25%, или	ккал.	KJ)
- ужината 1 учествува со 10%, или		
	600	(2512
- ручекот учествува со 35%, или	ккал.	KJ)
	257	(1076
- ужината 2 учествува со 15%, или	ккал.	KJ)
	1285	(5402
Вкупно:	ккал.	KJ)

Изготвил

одобрил

Директор: Ирена Пигуловиќ

Директор: Ирена Пигуловиќ

Главен готвач :Биљана Нинкикевска

Помошник готвач: Маја Рајчевска