

***КОНЗУМИРАЈТЕ ВИШЕ ПОВРЋА И ВОЋА У СИРОВОМ СТАЊУ !***

**Ј Е Л О В Н И К**

За период од 13.11 – 16.11.2018.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *12. 11.* | П Р А З Н И К | | |
| *Уторак*  *13. 11.* | Намаз од сланине и крем сира, хлеб, какао | Обланда са јабукама и орасима, лимунада | Пасуљ са поврћем, хлеб,  купус салата, јабука |
| *Среда*  *14. 11.* | Мед, путер, хлеб,  млеко | Слани кекс,  чај са лимуном | Јунећа чорба, мусака од шаргарепе, кисело млеко, хлеб, јабука |
| *Четвртак*  *15. 11.* | Намаз од туњевине и  крем сира, хлеб, јогурт | Пита са сиром, чај | Сладак купус са свињским месом, хлеб, мандарина |
| *Петак*  *16. 11.* | Попара са сиром на млеку | Баклава са маком, чај са лимуном | Кромпир паприкаш са пилећим месом, купус салата, хлеб, поморанџа |

НАПОМЕНА: Установа задржава право на евентуалну измену јеловника у случају немогућности набавке појединих намирница.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *ПРОСЕЧНА ЕНЕРГЕТСКА И НУТРИТИВНА ВРЕДНОСТ ЦЕЛОДНЕВНОГ ДЕЧИЈЕГ ОБРОКА* | | | | | | | | | | |
| Енергетска вредност (КЈ) | Беланчевине  (гр) | Масти  (гр) | Угљени хидрати  (гр) | Минерали | | Витамини | | | | |
| Калцијум (мг ) | Гвожђе (мг) | А  (μг) | Б1 (мг) | Б2 (мг) | Ц (мг) | Нијацин (мг) |
| 4547,93 | 37,03 | 39,04 | 145,52 | 553,14 | 7,29 | 769,77 | 0,97 | 1,09 | 111,61 | 5,49 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВАЧУКАРИЦА са п.о  ***ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:***

Бр. 3127/1 датум 29.10.2018 god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Војка Арсић, Маја Николић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717