

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 18.08- 22.08.2025.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**18.08.* | Намаз од туњевине и павлаке, хлеб, јогурт | Кокос колач, чај | Пасуљ са поврћем, купус салата, хлеб, Јабука |
| *Уторак**19.08.* | Намаз од барених јаја, крем сира, печеног сусама, хлеб, какао | Штрудла са маком, лимунада | Пуњене паприке са мешаним млевеним месом, кисело млеко, хлеб, Бресква |
| *Среда**20.08.* | Мед, путер, хлеб, чај | Пита са сиром, јогурт | Јунећи гулаш са макаронама, парадајз салата, хлеб, Лубеница |
| *Четвртак**21.08.* | Качамак са сиром, јогурт | Колач са овсеним пахуљицама, чоколадом и сувим воћем, лимунада | Пилав од интегралног пиринча са пилећим месом, мешана салата, хлеб, Диња |
| *Петак**22.08.* | Намаз од качкаваља и павлаке, хлеб, млеко | Кекс, лимунада | Панирани ослић, прилог шаргарепа и кукуруз, хлеб, Јабука |

 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) |
| *4344,22* | *35,15* | *37,98* | *137,74* | *469,96* | *8,31* | *1023,22* | *0,69* | *0,87* | *80,56* | *6,61* |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр 1955.­­­­­­датум 11.08.2025. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Мирјана Спасов*

Тел: 011/3058-717