

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 30.06.- 04.07.2025.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *30.06.* | Намаз од туњевине и павлаке, хлеб, јогурт | Ванилице са орасима,  чај | Пасуљ са поврћем, краставац салата, хлеб, Јабука |
| *Уторак*  *01.07.* | Џем, путер, хлеб, млеко | Кукурузни штапићи, јогурт | Пуњене паприке са мешаним млевеним месом, кисело млеко, хлеб, Бресква |
| *Среда*  *02.07.* | Качамак са сиром, јогурт | Овсени кекс са чоколадом и сувим воћем, чај | Ризи бизи са јунећим месом, парадајз салата, хлеб, Јабука |
| *Четвртак*  *03.07.* | Намаз од качкаваља и павлаке, чај | Гриз | Пилеће печење ( батак и карабатак), прилог шаргарепа и кукуруз, хлеб, Нектарина |
| *Петак*  *04.07.* | Кајгана, хлеб,  какао | Медењаци,  сок од брескве | Капама од спанаћа са свињским месом, кисело млеко, 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) |
| *4370,04* | *35,68* | *40,53* | *133,18* | *517,32* | *9,51* | *1421,40* | *0,80* | *1,13* | *103,68* | *5,88* |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр.­­­­­­\_1559 датум 23.06.2025. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Мирјана Спасов*

Тел: 011/3058-717