

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 03.02. до 07.02.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**03.02.* | Намаз од сувог врата и крем сира, чај  | Сутлијаш са какаом | Чорба од поврћа, француски кромпир са сланином, купус салата, хлеб*Јабука* |
| *Уторак**04.02.* | Џем, путер, хлеб, млеко | Интегралне погачице са сиром, јогурт | Сарма од киселог купуса, хлеб, *Сок* |
| *Среда**05.02.* | Намаз од бареног јајета, крем сира и печеног сусама, какао | Плазма кекс, чај са лимуном | Панирани ослић, прилог поврће, хлеб*Поморанџа* |
| *Четвртак**06.02.* | Јунећа печеница, павлака, хлеб, млеко | Пица (отворена), лимунада | Макароне са мешаним млевеним месом, витаминска салата, хлеб*Јабука* |
| *Петак**07.02* | Качамак са сиром, јогурт | Штрудла са маком, чај | Грашак са свињским месом, кисели краставац 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) |
| 4207,73 | 37,65 | 36,01 | 133,06 | 522,57 | 6,28 | 534,07 | 0,78 | 0,92 | 91,71 | 6,6 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.199/1 датум 20.01.2020.. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Mирјана Спасов, Марина Бошњак*

Тел./факс: 3058-718;3058-717