

**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