

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 13.01. до 17.01.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**13.01.* | Намаз од сардине и крем сира, хлеб, јогурт | Пудинг  | Чорба од поврћа,запечени макарони са сиром и јајима*јабука* |
| *Уторак**14.01.* | Намаз од сувог врата, крем сира и јаја, хлеб, какао | Обланда са кокосом, кексом и чоколадом, млеко | Панирани ослић, пиринач, хлеб, филе паприка салата*јабука* |
| *Среда**15.01.* | Јунећа печеница, павлака, хлеб, млеко | Медено срце, лимунада | Кељ са сувим месом, хлеб, *поморанџа* |
| *Четвртак**16.01.* | Качамак са сиром,јогурт  | Плазма кекс,компот од ананаса  | Пилеће печење- батак и карабатак, пире кромпир, кис.краставац салата, хлеб*јабука*  |
| *Петак**17.01.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Бухтла са сиром, чај | Боранија са пилећим филеом и павлаком, хлеб,купус салата*банана* |

 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) |
| 4508,40 | 36,59 | 39,02 | 143,68 | 541,02 | 7,4 | 605,42 | 0,74 | 1,02 | 103,09 | 6,69 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр 17 датум 06.01.2020. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Марина Бошњак, Војка Арсић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717