

**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