



 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 16.12. до 20.12.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**16.12.* | Намаз од качкаваља и павлаке, хлеб, млеко | Колач са маком, лимунада | Сочиво са сланином, хлеб, цвекла салата,јабука |
| *Уторак**17.12.* | Шунка, павлака, хлеб, какао | Баклава без кора, чај са лимуном | Јунећи гулаш (млевено месо) са макаронама, хлеб, лимунада |
| *Среда**18.12.* | Намаз од сардине, јаја и крем сира, хлеб, јогурт | Воћни колач са вишњама, лимунада | Сарма од киселог купуса, хлеб,јабука |
| *Четвртак**19.12.* | Џем, путер, хлеб, млеко | Слана плазма, јогурт | Панирани ослић, интегрални пиринач, кисели краставац, хлеб, јабука |
| *Петак**20.12.* | Намаз од сланине, крем сира и сусама, хлеб, какао  | Мраморни колач, чај | Боранија са пилећим белим месом и павлаком, 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) |
| 4288,12 | 34,46 | 38,41 | 134,17 | 455,27 | 5,89 | 414,00 | 0,54 | 0,78 | 60,63 | 4,36 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр 3189 датум 09.12.2019. god.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717