



**Ј Е Л О В Н И К**

За период 14.01. до 18.01.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *18.02.* | Намаз од туњевине, крем сира и јаја, хлеб, јогурт | Штапићи са сиром и сусамом, јогурт | Кромпир паприкаш са кнедлама, купус салата, хлеб,  јабука |
| *Уторак*  *19.02.* | Попара са сиром на млеку | Лења пита са јабукама, чај | Сладак купус са јунећим месом, хлеб,  банана |
| *Среда*  *20.02.* | Намаз од качкаваља и павлаке, хлеб, чај | Сутлијаш од проса са чоколадом | Фаширана шницла, прилог грашак, купус салата, хлеб,  јабука |
| *Четвртак*  *21.02.* | Намаз од барених јаја, павлаке и печеног сусама, хлеб, какао | Медењаци, млеко | Пилав од интегралног пиринча са јунећим месом, купус салата, хлеб,  Поморанџа |
| *Петак*  *22.02.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Бухтла са сиром, чај са лимуном | Ајмокац са пилећим месом, динстана шаргарепа, хлеб,  мандарина |

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) |
| 4238,92 | 35,34 | 36,96 | 133,57 | 519,29 | 6,81 | 721,11 | 0,65 | 0,87 | 95,72 | 5,39 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр 238/1 датум 04.02.2019. god.

БЕОГРАД – Пожешка број 28 *Маја Николић, Војка Арсић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717