



**Ј Е Л О В Н И К**

За период 23.12. до 27.12.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *23.12.* | Намаз од туњевине и крем сира хлеб, јогурт | Колач са шаргарепом, чај | Пасуљ са поврћем и сланином, хлеб, цвекла салата, поморанџа |
| *Уторак*  *24.12.* | Суви врат, павлака, хлеб, чај | Сутлијаш од проса са какаом | Јунећа чорба, мусака од карфиола, кисело млеко, хлеб, јабука |
| *Среда*  *25.12.* | Прженице, јогурт | Плазма кекс, лимунада | Панирани ослић, прилог шаргарепа и кукуруз, хлеб, филе паприка, јабука |
| *Четвртак*  *26.12.* | Мед, путер, хлеб, млеко | Интегралне погачице, чај | Ђувеч са јунећим месом, хлеб, кисели краставац, хлеб, јабука |
| *Петак*  *27.12.* | Намаз од барених јаја, крем сира, печеног сусама, хлеб, какао | Штрудла са орсима, лимунада | Кромпир паприкаш са пилећим батаком, хлеб, кисели краставац салата, 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) |
| 4395,25 | 36,16 | 36,73 | 142,44 | 431,56 | 8,15 | 687,92 | 0,86 | 0,93 | 96,03 | 6,69 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр 3189/1 датум 09.12.2019. god.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717