

**Ј Е Л О В Н И К**

За период 02.11. до 06.11.2020.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк*  *02.11.* | Намаз од сланине и крем сира са печеним сусамом, хлеб, јогурт | Пита са бундевом,  чај са лимуном | Пасуљ са поврћем, хлеб,  купус салата  *крушка* |
| *Уторак*  *03.11.* | Шунка, павлака, хлеб,  какао | Обланда са кокосом и чоколадом, млеко | Панирани ослић,  прилог шаргарепа и кукуруз, хлеб  *мандарина* |
| *Среда*  *04.11.* | Омлет са празилуком,  чај | Гриз на млеку  са какаом | Ћуфте у парадајз сосу, пире кромпир, хлеб, кисели краставац салата  *јабука* |
| *Четвртак*  *05.11.* | Џем, путер, хлеб,  млеко | Кукурузни штапићи, јогурт | Пилећа супа, пилав са пилећим белим месом, хлеб, цвекла салата  *мандарина* |
| *Петак*  *06.11.* | Намаз од сардине и крем сира, хлеб, јогурт | Плазма кекс,  компот од ананаса | Вариво  од поврћа са свињским месом, хлев  *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) |
| *4592,63* | 36,53 | 39,25 | 148,21 | 489,68 | 6,97 | 616,78 | 0,86 | 0,97 | 63,29 | 6,83 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

Бр.2151 датум 27.10.2020. год.

БЕОГРАД – Пожешка број 28  *Марина Бошњак, Jeлена Јовановић*

Тел./факс: 3058-718;3058-717