

 **Ј Е Л О В Н И К**

 За период 07.10. до 14.10.2019.год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дат.** | ***ДОРУЧАК*** | ***УЖИНА*** | ***РУЧАК*** |
| *Понедељaк**07.10.* | Намаз од шунке и павлаке, хлеб, млеко | Сутлијаш од проса са чоколадом  | Чорба од келерабе, запечени макарони са сиром и јајима, мешана салатајабука |
| *Уторак**08.10.* | Мед, путер, хлеб, чај | Пита зељаница са сиром, јогурт | Пуњене тиквице са мешаним млевееним месом, хлеб, кисело млекогрожђе |
| *Среда**09.10.* | Суви врат, крем сир, хлеб, млеко | Плазма кекс, сок | Фаширана шницла, пире кромпир, парадајз салата, хлебкрушка |
| *Четвртак**10.10.* | Качамак са сиром, јогурт | Колач са џемом, чоколадом и сувим грожђем, млеко | Боранија са белим пилећим месом и павлаком, салата купус и шаргарепа, хлебгрожђе |
| *Петак**11.10.* | Намаз од барених јаја и крем сира, хлеб, какао | Колач са бундевом, лимунада | Капама од блитве са свињским месом, хлеб, кисело млекобанана |

 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) |
| 4564,48 | 37,25 | 39,67 | 144,90 | 585,75 | 6,43 | 873,98 | 0,80 | 1,05 | 60,08 | 6,18 |

ПРЕДШКОЛСКА УСТАНОВА ЧУКАРИЦА *ДИЈЕТЕТИЧАРИ НУТРИЦИОНИСТИ УСТАНОВЕ:*

 Бр.2469 датум 01.10.2019. god.

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

Тел./факс: 3058-718;3058-717